Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Магадана

«Детский сад комбинированного вида № 15»

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано  Педагогическим советом  МБДОУ № 15  Протокол №8 от 27.05.2022г. | Утверждено  Заведующий МБДОУ № 15  Самойленко О.П.  Приказ №23 от 01.06.2022г. |

Рабочая программа инструктора по физической культуре

Грибановой Марии Леонидовны

3-7 лет

на 2022-2023 учебный год

Магадан 2022г

**СОДЕРЖАНИЕ**

**I. Целевой раздел.**

1. Пояснительная записка.

1.1 Цели и задачи реализации рабочей программы.

1.2. Принципы и подходы к формированию программы.

1.3. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики особенностей разработки детей.

2. Планируемые результаты освоения Программы.

**II. Содержательный раздел.**

2.1. Описание образовательной деятельности по в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными образовательной области «Физическое развитие».

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

2.3. Особенности образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

2.6. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

2.7. Иные характеристики содержания Программы.

**III. Организационный раздел.**

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

3.2. Программно-методическое обеспечение

3.3. Учебный план на 2022-2023.

3.4 Циклограмма деятельности.

3.4. Расписание ООД.

3.5. Тематическое планирование.

3.6. Перспективное планирование.

**IV. Дополнительный раздел.**

**Презентация**

1. Возрастные группы

2. Используемые программы

3. Характеристика взаимодействия с родителями по основным линиям развития.

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**
2. **Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом ОП ДО МБДОУ «Детский сад № 15».

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

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014);

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13).

Учебный план муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Магадана «Детский сад комбинированного вида №15» 2022 – 2023 учебного года разработан на основе федеральной нормативно – правовой базы:

1. Федеральные законодательные и нормативные акты:

* Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 16.04.2022г.);
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года N 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
* Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями от 31 июля 2020 года);
* Приказ Министерства образования России от 28.12.2010г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
* Комментарии Министерства образования России к ФГОС ДО от 28.02.2014г. № 08-249;
* Федеральные требования к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений, утверждёнными приказом Министерства образования и науки РФ 04.10.2010г. № 986;
* Письмо Министерства образования России от 07.06.2013г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;
* Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.08.2000 года № 237/23-16 «О построении преемственности в программах дошкольного образования и начальной школы»;
* Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» 7 (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
* Санитарно – эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания» от 27 октября 2020г. № 32;
* Письмо Министерства образования Российской Федерации от 14.15.2000 года № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
* Письмо Минобрнауки органам исполнительной власти субъектов РФ, осуществляющим управление в сфере образования «О разработке основной общеобразовательной программы дошкольного образования» от 21 октября 2010 № 03 – 248
* Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р).

1. Региональные законодательные и нормативные акты:

* Концепция регионального содержания образования в Магаданской области (2004г.) (с изменениями на 11.05.2022г. № 405-п);
* Концепция инклюзивного образования в Магаданской области до 2020 года (Постановление Правительства Магаданской области от 7 мая 2015 года № 296 – пп);
* Закон Магаданской области от 30.04.2014 года №1749-ОЗ «Об образовании в Магаданской области».

3.Законодательные и нормативные акты дошкольной образовательной организации:

* Устав МБДОУ №15 (от 25.10.2018г. № 619);
* Программа развития МБДОУ № 15 на 2020 – 2025 годы;
* Основная образовательная программа дошкольного образования на основе ФГОС ДО МБДОУ № 15 (от 01.06.2022г. № 23);
* Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15» (от 01.06.2022г. № 23);
* Положение о комбинированной группе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Магадана «Детский сад комбинированного вида № 15»

**Программное обеспечение образовательного процесса**

1. Основная образовательная программа дошкольного образования на основе ФГОС ДО МБДОУ № 15;
2. Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15»
3. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/под ред Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой, - М.: Мозаика - Синтез, 2020г.
4. Учебно – методический комплект «Северячок» Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук, Л.А.Труфанова, - Магадан: СВГУ, 2020г.
5. Долгосрочный проект для детей 6-7-летнего возраста «Юный лыжник» (автор Грибанова М.Л.)

Рабочая программа определяет содержание образовательного процесса по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа включает в себя три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений, составлена в соответствии с ФГОС ДО. В содержании учебной рабочей программы входит календарно-тематическое планирование с учетом возрастных и индивидуальных особенности детей, воспитывающихся в ДОУ, учебный план.

Раздел «Физическое развитие» включает в себя:

* Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
* Физическая культура.
  1. **Цели и задачи реализации программы**

Цель – полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности.

Программа направлена на решение следующих задач:

* Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
* Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
* Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
* Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
* Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Цели и задачи по физическому развитию для детей 3-4 лет.**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

* Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
* Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
* Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
* Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.
* Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
* Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
* Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура:

* Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
* Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.
* Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
* Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
* Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
* Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
* Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
* Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
* Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры.

* Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.
* Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
* Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

**Цели и задачи по физическому развитию для детей 4-5 лет.**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

* Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
* Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
* Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
* Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
* Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».
* Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
* Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
* Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура:

* Формировать правильную осанку.
* Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
* Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
* Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
* Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.
* Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
* Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.
* Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.
* Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.
* Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
* Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
* Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
* Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
* Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
* Приучать к выполнению действий по сигналу.

**Цели и задачи по физическому развитию для детей 5-6 лет.**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

* Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
* Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
* Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
* Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
* Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
* Знакомить детей с возможностями здорового человека.
* Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
* Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
* Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура:

* Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
* Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
* Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
* Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
* Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
* Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
* Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
* Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
* Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.
* Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
* Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
* Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры.

* Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
* Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
* Учить спортивным играм и упражнениям.

**Цели и задачи по физическому развитию для детей 6-7 лет.**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

* Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
* Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
* Формировать представления об активном отдыхе.
* Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.
* Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура:

* Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
* Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
* Совершенствовать технику ocновных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
* Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
* Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
* Добиваться активного движения кисти руки при броске.
* Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
* Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
* Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
* Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
* Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
* Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
* Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
* Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
* Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры.

* Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.
* Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
* Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

**Цели и задачи по физическому развитию для детей 6-7 лет с ЛУО**

Цель реализациипрограммы – обеспечение полноценного, разностороннего развития ребёнка с ограниченными возможностями здоровья; формирование у него базового доверия к миру и универсальных, в том числе, творческих способностей детей до уровня, соответствующего возрастной специфике и требованиям современного общества; создание равных условий для развития детей, имеющих разные возможности.

Адаптированная образовательная программа определяет содержание и организацию воспитательно – образовательного процесса для детей с лёгкой умственной отсталостью и направлена на коррекцию недостатков в их развитии; формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, обеспечение помощи семьям в воспитании детей дошкольного возраста с лёгкой умственной отсталостью, охране и укреплении их физического и психического здоровья.

Решение конкретных задач коррекционно – развивающей работы, обозначенных в каждом разделе программы, возможно лишь в условиях комплексного подхода к воспитанию и образованию, тесной взаимосвязи в работе всех специалистов дошкольного учреждения, а также при участии родителей в реализации единых требований к работе с детьми.

Задачи реализации программы:

1. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2. подбор, совершенствование и систематизация методов работы педагога – психолога, учителя – логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и воспитателя с программным содержанием;
3. формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылки учебной деятельности;
4. консультирование и поддержка семьи с целью повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

**1.2 Принципы и подходы к формированию Программы**

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

* *Принцип оздоровительной направленности,* согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
* *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,* который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
* *Принцип гуманизации и демократизации****,*** который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурной – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
* *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений.*
* *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха,* лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
* *Принцип единства с семьёй,* предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

**Связь с другими образовательными областями**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Социально-коммуникативное развитие»»** | Развивать игровой опыт совмест­ной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично да­вать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных мо­ментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь то­варищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение. |
| **«Художественно-эстетическое развитие»** | Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей. |
| **«Речевое развитие»** | Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и инто­национную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. |
| **«Познавательное развитие»** | Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценно­сти, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. |

**1.3 Значимые для разработки и реализации Рабочей Программы характеристики особенностей развития детей.**

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовительность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2-2,5 кг. К 6-7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2-3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S-образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений. В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличивается сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5-4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила – сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 - 34 кг по сравнению с 15-17 кг в 3-4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дополнительном возрасте имеет большее значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности перехода на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки. После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявление в психологическом развитии:

* хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
* стремиться к контактам, проявляет в общении с взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
* стремиться к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами);

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка в 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать, значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей. К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

* сохраняет статистическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
* подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
* прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
* бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанционно 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
* бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
* хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузах возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психологического развития, формирования двигательных функций позволяет вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре. Причем, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

* маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приемам элементарной страховки;
* в среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу);
* в старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности: непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме; непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.

Ритмическая гимнастика.

Соревнования, где в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

**2. Планируемые результаты освоения программы**

Конечным результатом освоения Образовательной программы является:

* Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
* Общие показатели физического развития.
* Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:
* двигательные умения и навыки;
* двигательно-экспрессивные способности и навыки;
* навыки здорового образа жизни;

**Планируемые результаты:**

**Младшая группа:**

* Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей;
* Воспитание культурно-гигиенических навыков;
* Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Средняя группа:**

* Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей;
* Воспитание культурно-гигиенических навыков;
* Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* Накоплении и обогащение двигательного опыта детей;
* Овладение основными видами движениями;
* Сформированность у воспитанников потребность в двигательной активной и физическом совершенствовании.

**Старшая группа:**

* Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей;
* Воспитание культурно-гигиенических навыков;
* Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей;
* Овладение основными видами движения;
* Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Подготовительная группа:**

* Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей;
* Воспитание культурно-гигиенических навыков;
* Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* Овладение основными видами движения;
* Сформированность у воспитанников потребности и двигательной активности и физическом совершенствовании.

1. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
   * 1. **Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура» для детей 3-4 лет.**

Физическое воспитание включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущербу организму, выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправляемости саморегуляции в двигательной сфере; овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.)

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

* Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движения рук и ног.
* Приучать действовать совместно.
* Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
* Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
* Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
* Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползанья; ловкость, выразительность и красоту движений.
* Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
* Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
* Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
* Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
* Закреплять умение ползать

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

* Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
* Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
* Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
* Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
* Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слазить с него.
* Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
* Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови» ,»стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
* Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
* Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей**

**Основные движения**

Ходьба*.* Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, 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 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки*.* Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

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

**Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

*Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног*. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни

**Спортивные упражнения**

Катание на санках*.* Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

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

**Подвижные игры**

С бегом*.* «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками*.* «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей*.* «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве*.* «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

* + 1. **Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура» для детей 4-5 лет.**

Физическое воспитание включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущербу организму, выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправляемости саморегуляции в двигательной сфере; овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.)

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

* Формировать правильную осанку.
* Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
* Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
* Закреплять умение ползать, пролезать, подлизать, перелезать через предметы.
* Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
* Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
* В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
* Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями (не прижимая к груди).
* Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость т др.
* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.
* Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.
* Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

* Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
* Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной деятельности.
* Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
* Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
* Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год – физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.
* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.
* Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную обстановку.
* Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
* Приучать к выполнению действий по сигналу.
* Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 4-5 лет**

**Основные движения**

Ходьба*.* Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), 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 между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями 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, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки*.* Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

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

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и цикличных движений под музыку.

**Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса*.* Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

**Спортивные упражнения**

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

**Подвижные игры**

С бегом*.* «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками*.* «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем*.* «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание*.* «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

**2.1.3. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура» для детей 5-6 лет.**

Физическое воспитание включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущербу организму, выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправляемости саморегуляции в двигательной сфере; овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.)

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

* Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
* Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
* Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
* Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
* Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры, бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
* Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
* Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
* Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
* Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой или левой); ориентироваться в пространстве.
* Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.
* Учить бегать на перегонки с преодолением препятствий.
* Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

* Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
* Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх эстафетах.
* Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
* Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
* Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
* Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
* Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 5-6 лет**

**Основные движения**

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному и по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки*.* Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

**Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверхназад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

***Спортивные упражнения***

Катание на санках*.* Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

**Спортивные игры**

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

**Подвижные игры**

С бегом*.*«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием*.* «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

**2.1.5. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура» для детей 6-7 лет.**

Физическое воспитание включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущербу организму, выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправляемости саморегуляции в двигательной сфере; овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.)

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

* Формировать потребность в ежедневном двигательной деятельности.
* Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
* Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
* Закрепить умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
* Добиваться активного движения кисти рук при броске.
* Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
* Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
* Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
* Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координация движений, умения ориентироваться в пространстве.
* Совершенствовать умение сочетать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
* Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
* Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

* Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывая свои собственные игры.
* Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
* Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
* Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год – физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 6-7 лет**

**Основные движения**

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег*.* Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

**Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса*.* Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

**Спортивные упражнения**

Катание на санках*.* Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на велосипеде и самокате.Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате. Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

**Спортивные игры**

Городки.Бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 4—5 фигурами. Выбивание городков с полу кона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола**.** Передавание мяча друг другу(двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди в движении. Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола.Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.

Элементы хоккея(без коньков—на снегу, на траве).Ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы. Прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой. Ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадание шайбой в ворота, удары по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон.Перебрасывание волана на сторону партнёра без сетки, через сетку (правильно держа ракетку) Свободное передвижение по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса**.** Выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом: подбрасывание и ловля мяча одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку) Подача мяча через сетку после его отскока от стола.

**Подвижные игры**

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чьё звено скорее соберётся?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «*Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».*

С прыжками*.* «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей.«Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем.«Перелёт птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты.«Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования.«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры*.* «Гори, гори ясно!», лапта.

**2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы**

Важнейшим условием реализации Программы является создание в ДОО развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды.

Коллектив МБДОУ № 15 выбрал для себя важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;

- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;

- развитие детской самостоятельности;

- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Обеспечение эмоционального благополучия ребёнка достигается за счёт уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства.

Для этого педагоги в группах:

- общаются с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;

- внимательно выслушивают детей, показывают, что понимают их чувства, помогают делиться своими переживаниями и мыслями;

- помогают детям обнаружить конструктивные варианты поведения;

- создают ситуации, в которых дети могут выразить своё отношение к личностно - значимым для них событиям и явлениям;

- обеспечивают в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

Для формирования доброжелательных, внимательных отношений к людям педагоги:

- устанавливают понятные для детей правила взаимодействия;

- создают ситуации обсуждения правил, прояснения детьми их смысла;

- поддерживают инициативу детей старшего дошкольного возраста по созданию новых норм и правил.

Для развития детской самостоятельности педагоги регулярно создают ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;

- совершать выбор и обосновывать его;

- предъявлять и обосновывать свою инициативу;

- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, подгруппе;

- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

С целью развития игровой деятельности педагоги:

- создают в течение дня условия для свободной игры детей;

- определяют ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;

- наблюдают за играющими детьми и понимают, какие именно события дня отражаются в игре;

- отличают детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;

- косвенно руководят игрой, если игра носит стереотипный характер.

Стимулирование детской познавательной активности педагог осуществляет через:

- регулярное предложение детям вопросов, требующих не только воспроизведения информации, но и мышления изменить ход дискуссии;

- помощь детям обнаружить ошибки в своих рассуждениях;

- помощь организовать дискуссию;

- предложение дополнительных средств, в тех случаях, когда детям трудно решить задачу.

С целью развития проектной деятельности педагоги:

- создают проблемные ситуации, которые инициируют детское любопытство, стимулируют стремление к исследованию;

- поддерживают детскую автономию: предлагают детям самим выдвигать проектные решения;

- помогают детям планировать свою деятельность при выполнении своего замысла;

- в ходе обсуждения предложенных детьми проектных решений поддерживают их идеи, делая акцент на новизне каждого предложенного варианта;

- помогают детям сравнивать предложенные ими варианты решений, аргументировать выбор варианта.

Для того чтобы дети научились выражать себя средствами искусства, педагог:

- планирует время в течение дня, когда дети могут создавать свои произведения;

- создаёт атмосферу принятия и поддержки во время занятий творческими видами деятельности;

- оказывает помощь и поддержку в овладении необходимыми для занятий техническими навыками;

- предлагает такие задания, чтобы детские произведения не были стереотипными, отражали их замысел;

- поддерживает детскую инициативу в воплощении замысла и выборе необходимых для этого средств;

- организует события, мероприятия, выставки проектов, на которых дошкольники могут представить свои произведения для детей разных групп и родителей.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей:

- ежедневно предоставляется детям возможность активно двигаться;

- детей обучают правилам безопасности;

- создаётся доброжелательная атмосфера эмоционального принятия, способствующая проявлению активности всех детей в двигательной сфере;

- используются различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления развития и образования детей (далее - образовательные области):** | **Формы работы** | |
| **Младший дошкольный**  **возраст** | **Старший дошкольный возраст** |
| **Физическое**  **Развитие** | 1. Игровая беседа с элементами   движений   1. Игра 2. Утренняя гимнастика 3. Интегративная деятельность 4. Упражнения 5. Экспериментирование 6. Ситуативный разговор 7. Беседа 8. Рассказ 9. Проблемная ситуация | 1. Физкультурное занятие 2. Утренняя гимнастика 3. Игра 4. Беседа 5. Рассказ 6. Рассматривание 7. Интегративная деятельность 8. Контрольно - диагностическая деятельность 9. Спортивные и физкультурные досуги 10. Спортивные состязания 11. Совместная деятельность   взрослого и детей тематического характера   1. Проектная деятельность 2. Проблемная ситуация |

## Основные формы совместной деятельности взрослых и детей по образовательным областям

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами программы и реализуется в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка).

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Дошкольный возраст**  **(3 года - 8 лет)** |
| 1. **игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры,** 2. **коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками),** 3. **музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах);** 4. **двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка** | |

**2.3. Особенности образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.**

Культурные практики в ДОО № 15 представляют собой разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребёнка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни; обеспечивают активную и продуктивную образовательную деятельность ребёнка. Вместе с тем они включают обычные для него (привычные, повседневные) способы самоопределения и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и со-бытия с окружающими и поэтому обеспечивают реализацию универсальных культурных умений ребёнка. Они включают готовность и способность ребёнка действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности на основе культурных норм и выражают:

- содержание, качество и направленность его действий и поступков;

- индивидуальные особенности (оригинальность и уникальность) его действий;

- принятие и освоение культурных норм сообщества, к которому принадлежит ребёнок;

- принятие общезначимых (общечеловеческих) культурных образцов деятельности и поведения.

Данные культурные умения реализуются в образовательном процессе через разные виды образовательной деятельности ребёнка и взрослого, группы детей (рис. 1)

Образовательная

организация

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

*Рис. 1. Реализация образовательного процесса через образовательную деятельность и культурные практики в группе общеразвивающей направленности и подгруппе детей общеразвивающей направленности в комбинированных группах для детей с ТНР.*

При этом используется комплекс здоровье сберегающих образовательных технологий.

Здоровье сберегающая образовательная технология - система, создающая максимально возможные специальные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального и физического здоровья всех субъектов образования образовательного пространства.

В неё входят:

- анализ данных мониторинга состояния здоровья и уровня физического развития детей в процессе реализации технологии и её коррекция в соответствии с результатами полученных данных;

- учёт возрастных особенностей детей при реализации здоровье сберегающей образовательной технологии;

- создание благоприятного эмоционально - психологического климата в процессе реализации технологии здоровье сбережения;

- использование разнообразных видов активной здоровье сберегающей деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

При этом в процессе групповой деятельности могут включаться следующие формы организации образовательной деятельности воспитанников:

- распределение совместных действий и операций (в том числе обмен способами действия), определение последовательности их выполнения;

- планирование общих и индивидуальных способов работы;

- коммуникация, обеспечивающая реализацию процессов распределения, обмена и взаимодополнения, и формирование взаимопонимания;

- рефлексия, связанная с изменением или формированием отношения к собственному действию в контексте содержания и форм совместной работы.

**Методы и способы реализации культурных практик**

Методы организации и осуществления познавательной деятельности детей во время организованной образовательной деятельности:

- методы, обеспечивающие передачу учебной информации педагогом и восприятие её детьми средствами слушания, наблюдения, практических действий: словесный (объяснение, беседа, инструкция, вопросы и др.), наглядный (демонстрация, иллюстрация, рассматривание и др.), практический;

- характеризующие усвоение нового материала детьми путём активного запоминания, самостоятельных размышлений или проблемной ситуации: иллюстративно - объяснительный, проблемный, эвристический, исследовательский и др.;

- характеризующие мыслительные операции при подаче и усвоении учебного материала: индуктивный (от частного к общему) и дедуктивный (от общего к частному);

- характеризующие степень самостоятельности учебно - познавательной деятельности детей: работа под руководством педагога, самостоятельная работа детей.

Методы реализации культурных практик в режимных моментах и самостоятельной деятельности детей в зависимости от направлений работы с детьми.

Первое направление - реализация системы творческих заданий, ориентированных на познани*е* объектов, ситуаций, явлений.

Методы, используемые здесь: традиционные - наглядно - практические, сериации и классификации; нетрадиционные - формирование ассоциаций, установление аналогии, выявления противоречий и др. Основными формами работы с детьми являются ООД и экскурсии, целевые прогулки, исследовательская деятельность.

Второе направление - реализация системы творческих заданий, ориентированных на использование в новом качестве объектов, ситуаций, явлений, обеспечивающая накопление опыта творческого подхода к использованию уже существующих объектов, ситуаций, явлений.

Методы, используемые здесь: традиционные - словесные и практические; нетрадиционные - целый ряд приёмов в рамках игрового метода: аналогии, «оживления», «наоборот», обращения вреда в пользу, увеличение - уменьшение и др. Основные формы работы - подгрупповые занятия и организация самостоятельной деятельности детей.

Третье направление - реализация системы творческих заданий, ориентированных на преобразование объектов, ситуаций, явлений.

Используемые методы: традиционные - экологические опыты и экспериментирование с изобразительными материалами; нетрадиционные - методы усовершенствования игрушки, развития творческого мышления и конструирования. Основные формы работы - конкурсы детско - родительского творчества, совместная проектная деятельность взрослого и ребёнка.

Четвёртое направление - реализация системы творческих заданий, ориентированных на создание новых объектов, ситуаций, явлений.

Методы работы: традиционные - диалоговые и экспериментирования; нетрадиционные - методы проблематизации, мозгового штурма, развития творческого воображения и др. Основные формы работы - организация детских выставок, организация проектной деятельности детей и взрослых, тематических дней, квестов.

**Виды детской деятельности и культурные практики по образовательным областям**

|  |  |
| --- | --- |
| Образовательная область | Виды детской деятельности и культурные практики |
| Физическое развитие | * Прогулки. Игровые культурные практики. * Комплексы закаливающих процедур:   - воздушные ванны;  - ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна;  - контрастные ножные ванны.   * Гигиенические процедуры:   - мытьё рук прохладной водой перед каждым приёмом пищи;  - полоскание рта и горла после еды.   * Утренняя гимнастика. * Упражнения и подвижные игры во второй половине дня. * Обсуждения (пользы закаливания, занятий физической культурой, гигиенических процедур). * Ситуативные беседы при проведении режимных моментов, подчёркивание их пользы |
| Социально – коммуникативное развитие | * Развитие трудовых навыков через поручения и задания. * Помощь взрослым. * Организационные культурные практики. Участие детей в расстановке и уборке инвентаря и оборудования для занятий, в постройке конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования). * Игровые, образовательные, коммуникативные культурные практики. |
| Познавательное развитие | * Исследовательские культурные практики. |
| Речевое развитие | * Создание речевой развивающей среды. * Ситуативные разговоры с детьми. |
| Художественно – эстетическое развитие | * Художественные культурные практики. * Использование музыки:   - в повседневной жизни детей;  - в игре;  - в досуговой деятельности;  - на прогулке;  - при проведении утренней гимнастики.   * Культурные организационные практики. * Привлечение внимания детей:   - к привлекательности оборудования;  - к оформлению помещения;  - к красоте и чистоте окружающих помещений, предметов. |

**2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы 3 – 4 года.**

Приоритетная сфера инициативы – продуктивная деятельность.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

* Создание условий для реализации собственных планов и замыслов каждого ребёнка.
* Рассказывание детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
* Публичная поддержка любых успехов детей.
* Всемерное поощрение самостоятельности детей и расширение её сферы.
* Оказание помощи ребёнку найти способ реализации собственных поставленных целей.
* Поддержка стремления научиться делать что – то и радостного ощущения возрастающей умелости.
* В ходе ООД и в повседневной жизни терпимо относятся к затруднениям ребёнка, позволяют ему действовать в своём темпе.
* Стремление не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использование в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты.
* Учёт индивидуальных особенностей детей, стремление найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
* Уважение каждого ребёнка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
* Создание в группе положительного психологического микроклимата, в равной мере проявление любви и заботы ко всем детям: выражение радости при встрече; использование ласки и теплого слова для выражения своего отношения к ребёнку; проявление деликатности и тактичности.

**Способы и направления поддержки детской инициативы 4 – 5 лет**

Приоритетная сфера инициативы – познание окружающего мира.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

* Поощрение желания ребёнка строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявление уважения к его интеллектуальному труду.
* Создание условий и поддержка театрализованной деятельности детей, их стремления переодеваться («рядиться»).
* Обеспечение условий для музыкальной импровизации, пения и движений под популярную музыку.
* Создание в группе возможности, используя мебель и ткани, строить «дома», укрытия для игр.
* Негативные оценки даются только поступкам ребёнка и только один на один, а не на глазах у группы.
* Стремление не диктовать детям, как и во что они должны играть: навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
* Участие взрослого в играх детей при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения также определяется детьми.
* Привлечение детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
* Побуждение детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.
* Привлечение детей к планированию жизни группы на день.

**Способы и направления поддержки детской инициативы 5 – 6 лет.**

Приоритетная сфера инициативы – внеситуативно – личностное общение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

* Создание в группе положительного психологического микроклимата, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражение радости при встрече; использование ласки и тёплого слова для выражения своего отношения к ребёнку.
* Уважение индивидуальных вкусов и привычек детей.
* Поощрение желания создавать что – либо по собственному замыслу; обращение внимания детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому – то (маме, бабушке, папе, другу).
* Создание условий для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
* При необходимости оказание помощи детям в решении проблем организации игры.
* Привлечение детей к планированию жизни группы на день и на более отдалённую перспективу. Обсуждение выбора спектакля для постановки, песни, танца и т.п.
* Создание условий и выделение времени для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

**Способы и направления поддержки детской инициативы 6 - 7 лет.**

Приоритетная сфера инициативы – научение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

* Введение адекватной оценки результата деятельности ребёнка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
* Спокойное реагирование на неуспех ребёнка и предложение нескольких вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.п. Рассказывание детям о трудностях, которые испытывал педагог при обучении новым видам деятельности.
* Создание ситуаций, позволяющих ребёнку реализовывать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
* Обращение к детям с просьбой показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
* Поддержка чувства гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.
* Создание условий для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
* При необходимости оказание помощи детям в решении проблем при организации игры.
* Привлечение детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывание и реализация их пожелания и предложения.
* Создание условий и выделение времени для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

**2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Основная цель взаимодействия МБДОУ № 15 с семьей – создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Задачи, решаемые в процессе организации взаимодействия с семьями воспитанников:

* Приобщение родителей к участию в жизни Организации.
* Изучение и обобщение лучшего опыта семейного воспитания.
* Возрождение традиций семенного воспитания.
* Повышение педагогической культуры родителей.

Виды взаимоотношений Организации с семьями воспитанников:

* Сотрудничество – общение на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.
* Взаимодействие – способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения.

Основные принципы взаимодействия с семьями воспитанников МБДОУ № 15:

* Открытость для семьи.
* Сотрудничество в воспитании детей.
* Создание единой развивающей среды, обеспечивающей одинаковые подходы к развитию ребенка в семье и детском саду.

**Система взаимодействия Организации с семьями воспитанников**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Направления***  ***Взаимодействия*** | ***Формы взаимодействия*** |
| Информирование родителей | * рекламные буклеты; * журнал для родителей; * информационные стенды; * личные беседы; * родительские собрания; * официальный сайт Организации; * общение по электронной почте; * объявления; * фотогазеты; * памятки |
| Консультирование родителей | Консультации по физическому развитию детей |
| Просвещение и обучение родителей | По запросу родителей или по выявленной проблеме:   * мастер-классы; * беседы; * официальный сайт организации; * персональный сайт; * папки-передвижки |
| Совместная деятельность Организации и семьи | * дни открытых дверей; * дни семьи; * организация совместных праздников; * совместная проектная деятельность; * семейные фотоколлажи; * походы; * досуги с активным вовлечением родителей |

**Структурно-функциональная модель взаимодействия с семьей**

|  |  |
| --- | --- |
| **Практический блок** | Данный блок включает работу по двум взаимосвязанным направлениям:   * + Просвещение родителей, передача информации по тому или иному вопросу (лекции, индивидуальное и подгрупповое консультирование, информационные листы, листы-памятки).   + Организация продуктивного общения всех участников образовательных отношений, т.е. обмен мыслями, идеями, чувствами. |
| **Контрольно-оценочный блок** | Анализ эффективности (количественной и качественной) мероприятий, которые проводятся педагогами Организации. Для осуществления контроля качества проведения того или иного мероприятия родителям предлагаются:   * оценочные листы, в которых они могут отразить свои отзывы; * групповое обсуждение родителями и педагогами участия родителей в организационных мероприятиях в разных формах. |

**Формы взаимодействия Организации с семьями воспитанников**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Информационно-аналитические формы*** | |
| **Анкетирование** | Используется с целью изучения семьи, выяснения образовательных потребностей родителей, установления контакта с ее членами, для согласования воспитательных воздействий на ребенка |
| **Опрос** | Метод сбора первичной информации, основанный на непосредственном (беседа, интервью) или опосредованном (анкета) социально-психологическом взаимодействии исследователя и опрашиваемого. Источником информации в данном случае служит словесное или письменное суждение человека. |
| ***Интервью и беседа*** | Позволяют получить исследователю ту информацию, которая заложена в словесных сообщениях опрашиваемых. Это, с одной стороны, позволяет изучать мотивы поведения, намерения, мнения и т.п. (все то, что неподвластно изучению другими методами), с другой – делает эту группу методов субъективной (не случайно у некоторых социологов существует мнение, что даже самая совершенная методика опроса никогда не может гарантировать полной достоверности информации). |
| ***Познавательные формы*** | |
| **Цель:** повышение психолого-педагогической культуры родителей. А значит, способствуют изменению взглядов родителей на воспитание ребенка в условиях семьи, развивают рефлексию. Кроме того, данные формы взаимодействия позволяют знакомить родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания для формирования их практических навыков. | |
| **Практикум** | Форма выработки у родителей педагогических умений по воспитанию детей, эффективному решению возникающих педагогических ситуаций, своеобразная тренировка педагогического мышления родителей-воспитателей |
| **Лекция** | Форма психолого-педагогического просвещения, раскрывающая сущность той или иной проблемы воспитания |
| **Дискуссия** | Обмен мнениями по проблемам воспитания. Это одна из интересных для родителей форм повышения уровня педагогической культуры, позволяющая включить их в обсуждение актуальных проблем, способствующая формированию умения всесторонне анализировать факты и явления, опираясь на накопленный опыт, стимулирующий активное педагогическое мышление |
| **Круглый стол** | Особенность этой формы состоит в том, что участники обмениваются мнением друг с другом при полном равноправии каждого |
| **Педагогический совет с участием родителей** | Главной целью совета является привлечение родителей к активному осмыслению проблем воспитания ребенка в семье на основе учета его индивидуальных потребностей |
| **Родительская конференция** | Служит повышению педагогической культуры родителей; ценность этого вида работы в том, что в ней участвуют не только родители, но и общественность |
| **Общие родительские собрания** | Главной целью собрания является координация действий родительской общественности и педагогического коллектива по вопросам образования, воспитания, оздоровления и развития детей |
| **Групповые родительские собрания** | Действенная форма взаимодействия воспитателей с коллективом родителей, форма организованного ознакомления их с задачами, содержанием и методами воспитания детей определенного возраста в условиях детского сада и семьи |
| **Родительские вечера** | Прекрасно сплачивают родительский коллектив; это праздники общения с родителями друга своего ребенка, это праздники воспоминаний младенчества и детства собственного ребенка, это поиск ответов на вопросы, которые перед родителями ставит жизнь и собственный ребенок |
| **Педагогическая беседа** | Обмен мнениями по вопросам воспитания и достижение единой точки зрения по этим вопросам, оказание родителям своевременной помощи |
| **Дни добрых дел** | Дни добровольной посильной помощи родителей группе, Организации (ремонт игрушек, мебели, группы), помощь в создании развивающей предметно-пространственной среды. Такая форма позволяет налаживать атмосферу теплых, доброжелательных взаимоотношений между педагогами и родителями |
| **День открытых дверей** | Дает возможность познакомить родителей с Организацией, его традициями, правилами, особенностями образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь их к участию |
| ***Досуговые формы*** | |
| **Цель:** установление теплых неформальных отношений между педагогами и родителями, а также более доверительных отношений между родителями и детьми | |
| **Праздники, утренники, мероприятия (концерты, соревнования)** | Помогают создать эмоциональный комфорт в группе, сблизить участников педагогического процесса |
| **Выставки работ родителей и детей, семейные вернисажи** | Демонстрируют результаты совместной деятельности родителей и детей |
| **Совместные походы и экскурсии** | Укрепляют детско-родительские отношения |
| ***Наглядно-информационные формы*** | |
| **Цель:** ознакомление родителей с условиями, содержанием и методами воспитании детей в условиях Организации. Позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективно увидеть деятельность воспитателя | |
| **Информационно-ознакомительные** | Направлены на ознакомление родителей с дошкольной организацией, особенностями его работы, с педагогами, занимающимися воспитанием детей, через ***сайт в Интернете, выставки детских работ фотовыставки, рекламу в СМИ, информационные проспекты, видеофильмы*** |
| **Информационно-просветительские** | Направлены на обогащение знаний родителей об особенностях развития и воспитания детей дошкольного возраста; их специфика заключается в том, что общение педагогов с родителями здесь не прямое, а опосредованное – через ***газеты, организацию тематических выставок; информационные стенды; записи видеофрагментов организации различных видов деятельности, режимных моментов; фотографии, выставки детских работ, ширмы, папки-передвижки*** |

**2.6. Иные характеристики содержания Программы.**

Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» под редакцией Л.А. Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В. Гончарук - Магадан: Изд. СВГУ, 2008 г. реализуется как часть ООД, как спортивные состязания и конкурсы, проводимые на базе ДОО.

Цель программы – способствовать всестороннему развитию ребенка дошкольного возраста посредством ознакомления с родным краем.

Задачи программы:

* сохранять и укреплять здоровье детей посредством игр, закаливающих мероприятий, систематических прогулок в разное время года, в том числе актированные дни.

К концу обучения дети имеют представление - здоровье и о здоровом образе жизни на Крайнем севере. Умеют организовывать игры (подвижные дидактические) с использованием знаний традиционного уклада жизни коренных народов Севера.

Двигательное развитие ребенка-северянина в соответствии с содержанием программы происходит в форме активного творческого освоения мира движений. Раздел «Физическая культура» включает разнообразные спортивные упражнения, состязания, досуги, которые направлены на познание ребенком традиций, обычаев народов Севера, развитие выносливости и характера, формирование способности организма адаптироваться к физическим и психологическим нагрузкам в условиях сурового климата.

**Виды детской деятельности по реализации программы «Северячок»**

**Становление ценностей здорового образа жизни,** овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

* спортивные упражнения;
* спортивные состязания;
* конкурсы, проводимые на базе ДОО, отражающие направление данной программы

**Содержание работы по физической культуре: стр. 163-стр. 257**

1. **ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ**

**3.1.Материально – техническое обеспечение программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование** | **Количество** |
| Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см) | 6 пролетов |
| Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м) | 4 шт. |
| Мячи:  набивные весом 0,5 кг  средние (резиновые)  малые (резиновые)  большие (резиновые)  большие (баскетбольные, №3)  для фитбола | 14 шт.  24 шт.  24 шт.  26 шт.  6 шт.  10 шт. |
| Гимнастический мат (длина 200 см) | 4 шт. |
| Палка гимнастическая (длина 76 см) | 30 шт. |
| Скакалка детская  для детей подготовительной группы (длина 210 см)  для детей средней и старшей группы (длина 180 см) | 10 шт.  10 шт. |
| Кегли | 30 шт. |
| Обруч пластиковый детский  большой (диаметр 90 см)  средний (диаметр 50 см) | 10 шт.  27 шт. |
| Конус для эстафет | 10 шт. |
| Дуга для подлезания (высота 42 см) | 6 шт. |
| Кубики пластмассовые | 28 шт. |
| Цветные ленточки (длина 60 см) | 30 шт. |
| Бубен | 1 шт. |
| Самокаты | 2 шт. |
| Велосипеды | 2 шт. |
| Батут | 1 шт. |
| Канат (5 м) | 1 шт. |
| Коврики | 30 шт. |
| Наклонные доски | 4 шт. |
| Кольца баскетбольные | 2 шт. |
| Мешочки с песком | 28 шт. |
| Погремушки | 28 шт. |
| Корзина для инвентаря мягкая | 2 шт. |
| Корзина для инвентаря пластмассовая | 4 шт. |
| Гантели по 0.5 кг | 30 шт. |
| Обручи плоские | 6 шт. |
| Свисток | 1 шт. |
| Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) | 2 шт. |
| Лыжи детские (пластмассовые) | 5 пар |

**Технические средства обеспечения**

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| Музыкальный центр | 1 шт. (в физкультурном зале) |
| Аудиозаписи | Имеются и обновляются |

**3.2. Программно - методическое обеспечение**

|  |  |
| --- | --- |
| **Автор** | **Наименование** |
| Веракса Н. Е., Комарова Т. С., Васильева М. А. | Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». – М.МОЗАИКА-МИНТЕЗ, 2016 |
| Пензулаева Л. И. | Физическая культура в детском саду: младшая группа. – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 80 с. |
| Пензулаева Л. И. | Физическая культура в детском саду: средняя группа. – М.: Мозаика-синтез, 2016. – 112 с. |
| Пензулаева Л. И. | Физическая культура в детском саду: старшая группа. – М.: Мозаика-синтез, 2015. – 128 с. |
| Пензулаева Л. И. | Физическая культура в детском саду: подготовительная группа. – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 112 с. |
| Труфанова Л.А., Давыдова Л.С., Гончарук Г.В. | Северячок: региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста. – Магадан: Изд. СВГУ, 2008. – 286 с. |
| Борисова М.М. | Малоподвижные игры и игровые упражнения. – М.МОЗАИКА-МИНТЕЗ, 2013 |
| Степаненкова Э.Я. | Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми. – М.МОЗАИКА-МИНТЕЗ, 2016 |

***Департамент образования мэрии города Магадана***

***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное***

***учреждение города Магадана***

***«Детский сад комбинированного вида №15»***

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТ  Председатель ПС  \_\_\_\_\_\_\_\_\_О.П. Самойленко  Протокол №8 от 27.05.2022г. | УТВЕРЖДАЮ  Заведующий МБДОУ №15  О.П. Самойленко\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ №23 от 01.06.2022г. |

***Учебные планы***

***и программно-методическое***

***обеспечение***

***образовательного процесса***

***на 2022– 2023 учебный год***

***город Магадан – 2022 год***

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к учебному плану на 2022-2023 учебный год**

**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**

**«Детский сад комбинированного вида № 15»**

**департамента образования мэрии г. Магадана**

Учебный план – это нормативный документ, который отражает структуру учебного процесса муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Магадана «Детский сад комбинированного вида №15» с учётом специфики, учебно – методического, кадрового и материально – технического оснащения.

Учебный план муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Магадана «Детский сад комбинированного вида №15» 2022-2023 учебного года разработан на основе федеральной нормативно – правовой базы:

1. Федеральные законодательные и нормативные акты:

* Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.01.2017г.);
* Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г.);
* приказ Министерства образования и науки РФ (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
* комментарии Министерства образования России к ФГОС ДО от 28.02.2014г. № 08-249;
* приказ Министерства образования России от 28.12.2010г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
* Федеральные требования к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений, утверждёнными приказом Министерства образования и науки РФ 04.10.2010г. № 986;
* Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях 2.4.13049 – 13 от 15 мая 2013г. № 26;
* Письмо Минобрнауки органам исполнительной власти субъектов РФ, осуществляющим управление в сфере образования «О разработке основной общеобразовательной программы дошкольного образования от 21 октября 2010 № 03 – 248;
* Письмо Министерства образования и науки РФ от 31.05.2007г. № 03 – 1213 «О методических рекомендациях по отнесению дошкольных образовательных учреждений к определённому виду»;
* Положение о лицензировании образовательной деятельности, утверждённое постановлением Правительства РФ от 16.03.2011г. № 174

1. Региональные законодательные и нормативные акты:

* концепция регионального содержания образования в Магаданской области (2004г.);
* концепция инклюзивного образования в Магаданской области до 2020 года (Постановление Правительства Магаданской области от 7 мая 2015 года № 296 – пп);
* Закон Магаданской области от 30.04.2014 года №1749-ОЗ «Об образовании в Магаданской области».

3.Законодательные и нормативные акты дошкольной образовательной организации:

* Устав МБДОУ №15;
* программа развития МБДОУ № 15;
* основная образовательная программа дошкольного образования на основе ФГОС ДО МБДОУ № 15;
* адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15»;
* адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ЛУО МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15»

**Программное обеспечение образовательного процесса**

1. Основная образовательная программа дошкольного образования на основе ФГОС ДО МБДОУ № 15;
2. Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15»
3. Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с ЛУО МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15»
4. Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/под ред Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой, - М.: Мозаика - Синтез, 2016г.
5. Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/ под ред.Л.В.Лопатиной, - СПб, 2015г.
6. Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - Магадан издательство СВГУ, 2008г.

**Принципы построения учебного плана**

Учебный план направлен на реализацию целей и задач дошкольного образования и концептуально опирается на принципы:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка;

- принцип научной обоснованности и практической применимости;

- принцип обеспечения единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования дошкольников;

- принцип интеграции непосредственно образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;

- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- построение непосредственно образовательного процесса с учётом возрастных особенностей дошкольников, используя разные формы работы;

- создание вариативных условий для получения образования детьми, имеющими различные недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

**Особенности реализации инвариантной и вариативной частей учебного плана**

Учебный план учреждения ориентирован на целостное развитие ребёнка и на реализацию целей и задач, поставленных перед муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад комбинированного вида № 15» в 2022-2023 учебном году.

Разработанный Учебный план рассчитан на 8 возрастных групп, которые охватывают детей в возрасте от 1 года до 7 лет.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование группы** | **Возраст** | **Количество групп** |
| младшая группа общеразвивающей направленности | 3 - 4 лет | 2 |
| средняя группа общеразвивающей направленности | 4 - 5 лет | 2 |
| старшая группа комбинированной направленности для детей с ТНР | 5 - 6 лет | 2 |
| подготовительная группа комбинированной направленности для детей с ТНР | 6 - 7 лет | 2 |

Учебный план определяет инвариантную и вариантную части содержания образования, региональный компонент.

Инвариантная (обязательная часть) учебного плана включает в себя федеральный, национально - региональный компонент, и направлена на обеспечение равного старта в развитии, сохранение и дальнейшее развитие физических, психических и интеллектуальных возможностей всех воспитанников дошкольной образовательной организации.

Федеральный компонент во всех возрастных группах представлен Основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы»/под ред Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой - М.: Мозаика - Синтез, 2016г.

**Цель программы:** создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

**Программа «От рождения до школы»** реализуется с младшей до подготовительной к школе группах.

**Коррекционная деятельность** осуществляется в старших комбинированных группах для детей с ТНР, подготовительных комбинированных группах для детей с ТНР через **примерную адаптированную образовательную программу для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи** под ред. Л.В.Лопатиной,- СПб.,2015г. **Цель реализации программы:** проектирование модели коррекционно - развивающей психолого - педагогической работы, максимально обеспечивающей создание условий для развития ребёнка с ТНР, его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности. Данная программа реализуется на фронтальных, подгрупповых и индивидуальных занятиях образовательной области «Речевое развитие».

**Вариативная (модульная) часть** представлена в учебном плане парциальной программой:

- **региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок»** под редакцией Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В. Гончарук- Магадан: Изд. СВГУ, 2008 г. **Цель программы:** способствовать общему развитию ребёнка дошкольного возраста посредством широкого использования краеведческого и природоохранного материала в воспитательно - образовательном процессе. Программа реализуется как часть ООД.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИ УЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**младшей группы на 2022-2023 год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИ УЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**средней группы на 2022-2023 год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИ УЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**старшей группы на 2022-2023год**

(подгруппа общеразвивающей направленности)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИ УЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**старшей группы на 2022-2023год**

(подгруппа для детей с ТНР)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИУЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**подготовительной группы на 2022-2023год**

(подгруппа общеразвивающей направленности)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан: издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

(подгруппа для детей с ЛУО)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ и МЕТОДИК В ЧАСТИУЧЕБНОГО ПЛАНА,**

**формируемой участниками образовательных отношений (вариативной части)**

**подготовительной группы на 2022-2023год**

(подгруппа для детей с ТНР)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ** | **Количество ООД** | | | **Парциальные программы, технологии**  (автор, наименование, издательство, год издания) | | | |
|  | **Вид деятельности** | В неделю | В месяц | В год | Программа, технологии | В неделю | В месяц | В год |
| **1.** | **Физическое развитие** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Физическая культура | 2 | 8 | 66 | Л.А.Труфанова, Л.С. Давыдова, Г.В.Гончарук  Региональная программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» - Магадан: издательство СВГУ, 2008 г. | (как часть) |  | (как часть) |

**Режим работы (годовой график работы) МБДОУ № 15**

|  |  |
| --- | --- |
| Режим работы МБДОУ № 15 | 07.30 ч. – 19.30 ч. |
| Продолжительность пребывания детей в МБДОУ № 15 | 5 дней (понедельник – пятница) |
| Продолжительность образовательного процесса | Начало учебного года с 12.09.2022г.  Окончание учебного года 19.05.2023г.  33 учебные недели.  С 19 декабря по 09 января новогодние каникулы.  С 31 мая по 10 сентября летние каникулы. |
| Летний оздоровительный период | С 01.06.2023г. по 31.08.2023г. |
| Периоды проведения педагогической диагностики | С 01.09.2022г. по 09.09.2022г.  С 22.05.2023г. по 29.05.2023г. |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*младшая группа общеразвивающей направленности № 1*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 30 мин | 66 | 16ч30мин |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 30 мин |  | 16ч30мин |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*младшая группа общеразвивающей направленности № 2*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки***  ***в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 30 мин | 66 | 16ч30мин |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 30 мин |  | 16ч30мин |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*средняя группа общеразвивающей направленности № 3*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки***  ***в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 40 мин | 66 | 22ч |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 40 мин |  | 22ч |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*средняя группа общеразвивающей направленности № 4*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки***  ***в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 40 мин | 66 | 22ч |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 40 мин |  | 22ч |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*старшая группа комбинированной направленности для детей с ТНР № 5*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки***  ***в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 50 мин | 66 | 27ч30мин |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 50 мин |  | 27ч30мин |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*старшая группа комбинированной направленности для детей с ТНР № 6*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 50 мин | 66 | 27ч30мин |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 50 мин |  | 27ч30мин |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*подготовительная группа комбинированной направленности для детей с ТНР № 7*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 60 мин | 66 | 33ч |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 60 мин |  | 33ч |

***ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

*подготовительная группа комбинированной направленности для детей с ТНР № 8*

**ИНВАРИАНТНАЯ (обязательная) часть**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***I,IIполовина дня*** | ***Базовая***  ***образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| I и II | Физическое  развитие | Физическая культура | 2 | 60 мин | 66 | 33ч |
|  |  | *Требования Сан ПиН* |  | 60 мин |  | 33ч |

**ВАРИАТИВНАЯ (модульная) ЧАСТЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***№ подгруппы*** | ***I,II половина дня*** | ***Наименование дополнительной услуги, вида деятельности*** | ***Объём образовательной нагрузки в неделю*** | | ***Объём образовательной нагрузки в год*** | |
| ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** | ***Кол-во ООД*** | ***Продолжительность*** |
| 1 | 2 | I | Долгосрочный проект «Юный лыжник» | 1 | 30 мин | 33 | 16ч 30мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Младшая группа № 1 общеразвивающей направленности**

(возраст детей 3 – 4 года)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 10 – 15 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 2 часа 45 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую половину дня.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД в неделю*** |
|
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 30 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Младшая группа № 2 общеразвивающей направленности**

(возраст детей 3 – 4 года)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 10 – 15 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 2 часа 45 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую половину дня.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД в неделю*** |
|
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 30 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Средняя группа № 3 общеразвивающей направленности**

(возраст детей 4 – 5лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 20 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 4 часов в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую половину дня.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю*** |
|
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 40 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Средняя группа № 4 общеразвивающей направленности**

(возраст детей 4 – 5лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 20 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 4 часов в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую половину дня.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Образовательная***  ***область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю*** |
|
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 40 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***примерную адаптированную основную образовательную программу для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/ под ред.Л.В.Лопатиной, 2015г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Старшая группа № 5 комбинированной направленности**

**для детей с тяжёлым нарушением речи**

(возраст детей 5 – 6 лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 20 – 25 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 6 часов 15 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую и во вторую половину дня.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Образовательная область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(1 подгруппа)* | | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(2 подгруппа)* |
| *период* | |
| 1 | 2, 3 |
| 01.09-30.11 | 01.12-31.05 |
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |  |  |
| Физическое  развитие | Физическая культура в помещении | 2 | 2 | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 | 2 | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 50м | 50м | 50 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***примерную адаптированную основную образовательную программу для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/ под ред.Л.В.Лопатиной, 2015г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Старшая группа № 6 комбинированной направленности**

**для детей с тяжёлым нарушением речи**

(возраст детей 5 – 6 лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 20 – 25 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 6 часов 15 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую и во вторую половину дня.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Образовательная область*** | ***Базовый вид***  ***Деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(1 подгруппа)* | | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(2 подгруппа)* |
| *период* | |
| 1 | 2, 3 |
| 01.09-30.11 | 01.12-31.05 |
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |  |  |
| Физическое  развитие | Физическая культура в помещении | 2 | 2 | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 | 2 | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 50м | 50м | 50 мин |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***примерную адаптированную основную образовательную программу для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/ под ред.Л.В.Лопатиной, 2015г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Подготовительная группа № 7 комбинированной направленности**

**для детей с тяжёлым нарушением речи**

(возраст детей 6 – 7 лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 30 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 8 часов 30 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую и во вторую половину дня.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Образовательная область*** | ***Базовый вид***  ***деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(1 подгруппа)* | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(2 подгруппа)* |
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в спортзале | 2 | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 1 ч | 1 ч |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

на 2022-2023 учебный год

***муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения***

***«Детский сад комбинированного вида № 15»***

***департамента образования мэрии г. Магадана, реализующего***

***основную образовательную программу дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редВераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016г.***

***примерную адаптированную основную образовательную программу для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/ под ред.Л.В.Лопатиной, 2015г.***

***региональную программу воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста «Северячок» Л.А.Труфановой, Л.С. Давыдовой, Г.В.Гончарук, - 2 изд., испр. и доп.– Магадан: изд. СВГУ, 2008 г.***

**Подготовительная группа № 8 комбинированной направленности**

**для детей с тяжёлым нарушением речи**

(возраст детей 6 – 7 лет)

**Длительность организованной образовательной деятельности** – 30 минут.

**Длительность организованной образовательной деятельности** в неделю составляет не более 8 часов 30 минут в неделю.

**Организованная образовательная деятельность осуществляется**  с детьми в первую и во вторую половину дня.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Образовательная область*** | ***Базовый вид***  ***деятельности*** | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(1 подгруппа)* | ***Количество ООД***  ***в неделю***  *(2 подгруппа)* |
| **Инвариантная (базовая) часть** | |  |  |
| Физическое развитие | Физическая культура в спортзале | 2 | 2 |
| **ИТОГО** |  | 2 | 2 |
| **Объём недельной образовательной нагрузки** | | 1 ч | 1 ч |

**3.4. Циклограмма деятельности**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 15

Самойленко О.П.\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приказ №23 от 01.06.2022г.

**Циклограмма деятельности**

**инструктора по физической культуре МБДОУ № 15**

**Грибановой Марии Леонидовны**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК**  **08.00-17.00**  **обед с 12.30-15.30** | | |
| 08.00-08.05 | **Утренняя гимнастика Младшие группы** | |
| 08.05-08.10 | **Утренняя гимнастика Средние группы** | |
| 08.10-08.20 | **Утренняя гимнастика Старшие группы** | |
| 08.20-08.30 | **Утренняя гимнастика Подготовительные группы** | |
| 08.30-09.10 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.10-09.30 | **ООД Средняя группа № 4** | |
| 09.20-09.30 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.40-10.00 | **ООД Средняя группа № 3** | |
| 10.00-10.10 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 10.00-12.30 | Работа с методической литературой, документацией. Подготовка плана ООД | |
| 12.30-15.30 | Обед | |
| 15.30-15.40 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 15.40-16.10 | **ООД Старшая группа № 7** | |
| 16.10-17.00 | Проветривание спортзала, уборка спорт. инвентаря, подведение итогов ООД | |
| **ВТОРНИК**  **08.00-17.00**  **обед 12.30-15.30** | | |
| 08.00-08.05 | **Утренняя гимнастика Младшие группы** | |
| 08.05-08.10 | **Утренняя гимнастика Средние группы** | |
| 08.10-08.20 | **Утренняя гимнастика Старшие группы** | |
| 08.20-08.30 | **Утренняя гимнастика Подготовительные группы** | |
| 08.30-09.00 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.00-09.15 | **ООД Младшая группа № 2** | |
| 09.15-09.25 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.25-09.40 | **ООД Младшая группа № 1** | |
| 09-40-10.10 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 10.00-12.30 | Работа с методической литературой, документацией. Подготовка плана ООД | |
| 12.30-15.30 | Обед | |
| 15.30-15.45 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 15.45-16.10 | **ООД Старшая группа № 5** | |
| 16.10-16-20 | Уборка спорт. инвентаря, режим проветривания | |
| 16.20-17.00 | Работа с методическим материалом. Подготовка плана ООД. Консультация для педагогов | |
| **СРЕДА**  **08.00-17.00**  **обед с 12.30-15.30** | | |
| 08.00-08.05 | | **Утренняя гимнастика Младшие группы** |
| 08.05-08.10 | | **Утренняя гимнастика Средние группы** |
| 08.10-08.20 | | **Утренняя гимнастика Старшие группы** |
| 08.20-08.30 | | **Утренняя гимнастика Подготовительные группы** |
| 08.30-09.00 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 09.00-09.25 | | **ООД Старшая группа № 6** |
| 09.25-09.50 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 09.50-10.20 | | **ООД Подготовительная группа № 7** |
| 10.20-10.30 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 10.30-12.30 | | Работа с методической литературой, документацией. Подготовка плана ООД |
| 12.30-15.30 | | Обед |
| 15.30-15.40 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 15.40-16.10 | | **ООД Подготовительная группа №8** |
| 16.10-16.20 | | Уборка спорт.инвентаря, проветривание спорт. зала |
| 16.20-17.00 | | Индивидуальная работа с детьми. Подготовка к спорт. мероприятиям |
| **ЧЕТВЕРГ**  **08.50-17.30**  **обед с 12.20-15.00** | | |
| 08.50-09.00 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 09.10-09.30 | | **ООД Средняя группы № 4** |
| 09.20-09.30 | | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания |
| 10.15-10.20 | | Проветривание спортзала, уборка помещения |
| 09.40-10.00 | | **ООД Средняя группа № 3** |
| 10.0-10.10 | | Проветривание спортзала, уборка помещения |
| 10.10-10.40 | | **ООД Подготовительная группа № 8** |
| 10.40-12.20 | | Работа с методической литературой. Подготовка плана ООД |
| 12.20-15.00 | | Обед |
| 15.00-15.45 | | Подготовка спортивного зала к проведению занятия, режим проветривания |
| 15.45-16.10 | | **ООД Старшая группа № 5** |
| 16.10-16.20 | | Подготовка спортивного зала к проведению занятия, режим проветривания |
| 16.20-17.20 | | **Проведение праздников, развлечений, досугов (по отдельному плану)** |
| 17.20-17.25 | | Проветривание спорт.зала, уборка спорт. инвентаря |
| 17.25-17.30 | | Консультации для родителей |
| **ПЯТНИЦА**  **08.00-16.30**  **обед с 11.30-12.30** | | |
| 08.00-08.05 | **Утренняя гимнастика Младшие группы** | |
| 08.05-08.10 | **Утренняя гимнастика Средние группы** | |
| 08.10-08.20 | **Утренняя гимнастика Старшие группы** | |
| 08.20-08.30 | **Утренняя гимнастика Подготовительные группы** | |
| 08.30-09.00 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.00-09.15 | **ООД Младшая группа № 1** | |
| 09.15-09.25 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 09.25-09.40 | **ООД Младшая группа № 2** | |
| 09.40-11.30 | Проветривание спорт.зала, уборка спорт. инвентаря. Подготова плана ООД. | |
| 11.30-14.30 | Обед | |
| 14.30-15.00 | Методический час (совещание при заведующем, пед. Совет, педагогический час, ПМПк ДОО) | |
| 15.00-15.45 | Подготовка спортивного зала к ООД, режим проветривания | |
| 15.45-16.10 | **ООД Старшая группа № 6** | |
| 16.10-16.30 | Проветривание спорт.зала, уборка спорт. инвентаря | |

**3.4. Расписание ООД**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | | **Группа** | | **Время** |
| Понедельник | | ООД Средняя группы № 4 | | 09.10-09.30 |
| ООД Средняя группы № 3 | | 09.40-10.00 |
| ООД Подготовительная группа № 7 | | 15.40-16.10 |
| Вторник | | ООД Младшая группа № 2 | | 09.00-09.15 |
| ООД Младшая группа № 1 | | 09.25-09.40 |
| ООД Старшая группа № 5 | | 15.45-16.10 |
| Среда | | ООД Старшая группа № 6 | | 09.00-09.25 |
| ООД Подготовительная группа № 7 | | 09.50-10.20 |
| ООД Подготовительная группа № 8 | | 15.40-16.10 |
| Четверг | | ООД Средняя группы № 4 | | 09.10-09.30 |
| ООД Средняя группа № 3 | | 09.40-10.00 |
| ООД Подготовительная группа № 8 | | 10.10-10.40 |
| ООД Старшая группа № 5 | | 15.45-16.10 |
| Пятница | | ООД Младшая группа № 1 | | 09.00-09.15 |
| ООД Младшая группа № 2 | | 09.25-09.40 |
| ООД Старшая группа № 6 | | 15.45-16.10 |
| **Режим работы** | | | | |
| **Дни недели** | **Время** | | **Перерыв на обед** | |
| Понедельник | 8.00-17.00 | | 12.30-15.30 | |
| Вторник | 8.00-17.00 | | 12.30-15.30 | |
| Среда | 8.00-17.00 | | 12.30-15.30 | |
| Четверг | 08.50-17.30 | | 12.30-15.00 | |
| Пятница | 8.00-16.30 | | 11.30-14.30 | |

**3.5. Тематическое планирование**

Младшая группа общеразвивающей направленности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Развернутое содержание работы** | **Период** | **Варианты**  **итоговых**  **мероприятий** |
| День защитника Отечества | Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями. Воспитывать любовь к Родине. Формировать первичные гендерные представления (воспитывать в мальчиках стремления быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины). | 3-я неделя февраля | Праздник, посвященный Дню защитника Отечества |
| Семья | Формировать первоначальные представления о здоровье и здоровом образе жизни.  Формировать образ «Я».  Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Развивать гендерные представления.  Формировать умения называть свои имя, фамилию, имена членов семьи, говорить о себе в первом лице. Развивать представления о своей семье. | 3-я неделя марта | Игра – ситуация «Мама и дочка», «Папа – хороший хозяин».  Спортивное развлечение. |
| Мониторинг |  | 3-я неделя апреля –  2-я неделя мая | Заполнение персональных карт развития детей |

Средняя группа общеразвивающей направленности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Развёрнутое содержание работы** | **Период** | **Варианты**  **итоговых**  **мероприятий** |
| Я в мире человек | Расширять представления детей о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять представления детей о своей семье. Формировать первоначальные представления о родственных отношениях в семье (сын, дочь, мама, папа и т.д.). Закреплять знания детьми своих имени, фамилии и возраста; имён родителей. Знакомить детей с профессиями родителей. Воспитывать уважение к труду близких взрослых. | 3-я неделя мая | Спортивный досуг «Папа, мама, я – спортивная семья»  Конкурс семейных газет «Моя семья» |

Старшая группа комбинированной направленности для детей с ТНР

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Развёрнутое содержание работы** | **Период** | **Варианты**  **итоговых**  **мероприятий** |
| **«Зимние забавы.**  **Зимняя одежда, обувь»** | Продолжать знакомить детей с народными традициями и обычаями, с народным декоративно – прикладным искусством. Рассказывать о народных играх в зимний период времени. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку сообща играть. Продолжать развивать представления об изменении позиции ребёнка в связи с взрослением. Через символические и образные средства помочь ребёнку осознавать себя в прошлом, настоящем и будущем. Показывать общественную значимость здорового образа жизни людей вообще, и самого ребёнка в частности.  Продолжать обогащать представления детей о мире предметов. Развивать умение определять материалы, из которых изготовлены предметы. Закреплять умение сравнивать предметы (по назначению, цвету, форме, материалу), классифицировать их. | Декабрь,  4 неделя | Спортивный праздник |
| **«Наша Армия»** | Продолжать расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почётной обязанности защищать Родину, охранять её спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы. Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой.  Расширять гендерные представления, формировать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать в девочках уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины. | Февраль,  3 неделя | Праздник «23 – февраля – день защитника Отечества».  Выставка детского творчества. |

Подготовительная группа комбинированной направленности для детей с ТНР

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Тема*** | ***Развёрнутое содержание работы*** | ***Период*** | ***Варианты***  ***итоговых***  ***мероприятий*** |
| **«Наша Армия»** | Продолжать расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почётной обязанности защищать Родину, охранять её спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы.  Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине.  Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой.  Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины. | Февраль,  2 неделя | Праздник «23 февраля – день защитника Отечества».  Выставка детского творчества. |
| **«День Победы»** | Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине.  Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне.  Познакомить с памятниками героям Великой Отечественной войны.  Рассказать детям о воинских наградах дедушек, бабушек, родителей.  Показать преемственность поколений защитников Родины: от древних богатырей до героев Великой Отечественной войны. | Апрель,  4 неделя | Праздник «День Победы».  Выставка детского творчества. |

**3.6. Перспективное планирование**

**Рабочая программа инструктора по физической культуре детей с 3 до 4 лет.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурной гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:**

* умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
* умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;
* сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
* может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
* энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
* может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Рабочая программа инструктора по физической культуре детей с 3 до 4 лет.

Содержание организованной деятельности представлено учебно-методическим комплектом к программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ», Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. – М.:МОЗА-ИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 80 с.

**Рабочая программа инструктора по физической культуре детей с 4 до 5 лет.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:

* умеет ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног;
* умеет бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком;
* умеет ползать, пролезать, подлезать, перелазать через предметы;
* умеет перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево);
* энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках н двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняет равновесие;
* умеет прыгать через короткую скакалку;
* принимает правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди);
* катается на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу;
* умеет ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору;
* умеет строиться, соблюдает дистанцию во время передвижения.
* выполняет ведущие роли в подвижных играх, осознано относится к выполнению правил.

Содержание организованной деятельности представлено учебно-методическим комплектом к программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ», Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. – М.:МОЗА-ИКА-СИНТЕЗ, 2015. – 112 с.

**Рабочая программа инструктора по физической культуре детей с 5 до 6 лет.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысить требования к их выполнению, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам; быть заботливыми друг к другу).

в старшей группе проводится 3 физкультурных занятия в неделю продолжительностью 30 минут. Одно из них организуется на прогулке.

К концу шестого года жизни:

* ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
* лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
* прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см); в обозначенное место с высоты 30 см; в длину с места (не менее 80 см); с разбега (не менее 100см); в высоту с разбега (не менее 40 см); через короткую и длинную скакалку;
* метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояниям 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч в верх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м);
* перестраивается в колонну по трое, четверо; равняться в колонне, шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом;
* ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии около 2 км; ухаживать за лыжами;
* кататься на самокате;
* вести мяч (владеют школой мяча);
* выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
* участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр; городки, бадминтон, футбол, хоккей;
* плавать (произвольно);

Содержание организованной деятельности представлено учебно-методическим комплектом к программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ», Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. – М.:МОЗА-ИКА-СИНТЕЗ, 2015. – 128 с.

**Рабочая программа инструктора по физической культуре детей с 6 до 7 лет.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическая культура» на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании;

На седьмом году жизни движения ребенка становиться более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляются волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать, так чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениями являются физкультурные занятия, которые состоят из трех частей; вводной, основной и заключительной.

В каждой их них заключается образовательные, воспитательные задачи.

Планируемые результаты (интегративные качества) освоения программы:

* выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание);
* могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 4 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 10 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5м, метать правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель;
* умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения;
* выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
* следят за правильной осанкой;
* ходят на лыжах переменным скользящим шагом на расстоянии 3 км, поднимается на горку и спускаются с нее; тормозят при спуске;
* участвуют в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис);
* плавают произвольно на расстоянии 15 м;

Содержание организованной деятельности представлено учебно-методическим комплектом к программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ», Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. – М.:МОЗА-ИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112 с.