

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 223**

Юридический адрес: 620085, Свердловская область, г. Екатеринбург, б-р Самоцветный, д. 8  
тел.: 218-07-77, 218-09-77 e-mail: [mdou223@eduekb.ru](mailto:mdou223@eduekb.ru), сайт: [dc223.pf](http://dc223.pf)

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующий МАДОУ №223  
/Басова И.В.

Приказ № 100-ОД от «30» августа 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

планирования организации образовательной деятельности с детьми по направлению  
«Физическая культура» в ходе освоения основной образовательной программы дошкольного образования

**Срок реализации программы: 5 лет**

Составитель:  
Турышева Елена Леонидовна  
Инструктор по физической культуре

Екатеринбург, 2023

## Содержание

Пояснительная записка.....	3
<b>I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....</b>	<b>4</b>
1.1 Цель и задачи Программы.....	4
1.2.2 Принципы и подходы к формированию Программы.....	5
1.3 Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.....	6
1.4 Значимые для разработки и реализации программы характеристики.....	7
1.5 Педагогическая диагностика освоения образовательной области «Физическое развитие».....	9
<b>II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....</b>	<b>13</b>
2.1 Содержание организации образовательного процесса .....	13
2.2 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы .....	20
2.3 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников, с педагогами и социальными партнерами.....	21
2.4 Программа воспитания.....	21
<b>III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....</b>	<b>24</b>
3.1 Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды.....	24
3.2 Распорядок и/или режим дня.....	25
3.3 Материально-техническое обеспечение .....	26
3.4 Перечень программно-методического обеспечения.....	28

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет в группах общеразвивающей направленности (далее по тексту Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МАДОУ № 223 (далее – ООП ДО) через дифференцирование программ на основе интеграции комплексных и парциальных программ и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 3 до 7 лет.

Рабочая программа является индивидуальным инструментом педагога, в котором определяются наиболее оптимальные и эффективные условия для физического развития детей раннего и дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей) мотивированное обоснованное содержание образовательного процесса, а также образовательных потребностей и запросов участников образовательных отношений, формы, методы, средства, способы организации образовательного процесса с целью физического развития детей и возможного достижения целевых ориентиров, соответствующих требованиям ФГОС ДО.

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет в группах общеразвивающей направленности обеспечивает приобщение к физической культуре детей с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа направлена на физическое развитие детей дошкольного возраста (с 3 до 7 лет) в период пребывания детей с 1 сентября по 31 августа.

Рабочая программа реализуется в режиме полного дня с 10,5 часовым пребыванием детей с 7.30 до 18.00 часов при 5-ти дневной рабочей неделе, исключая выходные и праздничные дни.

Цели и задачи образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с 3 до 7 лет по реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Цель и задачи программы

**Цель программы:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре.

Задачи программы:

Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные:

- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные:

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

### 1.2. Принципы и подходы к формированию Программы:

В обязательной части Программа представлена Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028, и основной образовательной программой дошкольного образования в МАДОУ № 223, утвержденной приказом № 100-ОД от 30.08.2023 г.

Программа построена на следующих **принципах МАДОУ, установленных ФГОС ДО:**

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младшего, среднего, старшего дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- сотрудничество ДОУ с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

#### **Принципы и подходы к формированию Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений**

- отражение в тематике образовательного процесса региональных особенностей;
- построение образовательного процесса с использованием социоигровых технологий, проектной деятельности;
- построение образовательной деятельности на здоровьесберегающих подходах, которые в свою очередь предполагают формирование у дошкольников осмысленного отношения к здоровью, как важной жизненной ценности;
- достижение воспитанниками готовности к школе; существенным моментом в работе педагогического коллектива является переход ребёнка из детского сада в начальную школу, а именно обеспечение необходимого и достаточного уровня развития ребёнка для успешного освоения им образовательных программ начальной ступени общего образования, обеспечение преемственности на данных ступенях образования.

### **1.3. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.**

#### **Младший дошкольный возраст (3-4 лет).**

Ребенок трех-четырёх лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

#### **Средний дошкольный возраст (4-5 лет).**

У четырёхлетних детей возрастают физические возможности: движения их становятся значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.

Дети отличаются повышенной чувствительностью к словам, оценкам и отношению к ним взрослых. Они радуются похвале, но на замечание часто реагируют остро эмоционально, воспринимая замечание как личную обиду.

#### **Старший дошкольный возраст (5-6 лет).**

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка, так как характеризуется активизацией ростового процесса. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Дети проявляют интерес к своему здоровью. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью).

#### **Подготовительный к школе возраст (6-7 лет).**

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению. Движения отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

## 1.4 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

Индивидуальные особенности и интересы воспитанников.

Группа	Кол-во девочек	Кол-во мальчиков	Наличие детей с ОВЗ	Дети с первой гр.зд.	Дети со второй гр.зд.	Дети с третьей гр.зд.	Дети с четвертой гр.зд.	Дети с пятой гр.зд.
2 младшая №3	15	12	0	101	123	75	0	1
2 младшая №5	11	17	0					
2 младшая № 10	16	12	0					
Средняя № 2	17	12	3					
Средняя № 7	14	14	2					
Средняя № 8	9	20	0					
Старшая № 4	15	15	9					
Старшая № 6	16	14	9					
Старшая № 9	13	17	11					
Подготовительная № 11	12	19	2					

Количество детей и соотношение мальчиков и девочек в каждой группе учитывается при подборе методов (фронтального, поточного, работа в группах и т.д.), подвижных игр в соответствии с полоролевыми интересами детей.

Анализ количества детей с ОВЗ (ограниченные особенности здоровья, в том числе тяжелые нарушения речи) выявил следующие особенности организации образовательного процесса:

- дети, имеющие речевые нарушения, чаще всего испытывают трудности в координации движений (общей и мелкая моторика).

## 1.5 Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

### Вторая младшая группа (3 - 4 лет.)

- Строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- Начинать и заканчивать упражнение по сигналу; .
- Сохранять правильное положение тела;
- Ходить не опуская головы, согласовывать движение рук и ног;
- Бегать, не опуская головы;

- Одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгивание;
- Ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, попадать в вертикальную и горизонтальную цели;
- Подлезать под препятствие (высота 40см), не касаясь руками пола;
- Лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

#### **Средняя группа (4-5 лет.)**

- Самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
- Сохранять исходное положение;
- Выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
- Соблюдать правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
- Сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соотносить свои движения с движениями партнера;
- Энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
- Ловить мяч с расстояния 1,5м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
- Принимать правильное положение при метании; ползать разными способами;
- Подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2м;
- Двигаться ритмично.

#### **Старшая группа (5-6 лет.)**

- Сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;
- Выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме;
- Ходить энергично, сохраняя правильную осанку, сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади поверхности;
- Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- Выполнять разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
- Свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- Самостоятельно проводить подвижные игры.

#### **Подготовительная группа (6-7 лет.)**

- Самостоятельно, быстро и организованно строиться, и перестраиваться во время движения;
- Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;
- выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с указаниями;
- Сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;

- Сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляясь, сохранять равновесие после приземления;
- Отбивать, передавать мяч разными способами; точно попадать в цель (вертикальную, горизонтальную, кольцеброс и другие);
- Энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату, шесту способом «в три приема»;
- Организовать игру с группой сверстников.

### 1.6. Педагогическая диагностика освоения образовательной области «Физическое развитие»

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребенка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребенка, составлять на основе полученных данных **индивидуальные образовательные маршруты** освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цель педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

При реализации Программы может проводиться **оценка индивидуального развития детей** (п. 3.2.3 ФГОС ДО), которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики.

Периодичность проведения педагогической диагностики:

- на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика);
- на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная диагностика);

При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Методика организации мониторинга подобрана в соответствии с реализуемой ООП. Контрольные упражнения предлагаются в игровой и соревновательной форме. Результаты заносятся в диагностическую карту. Мониторинг проходит с использованием методических рекомендаций Н.Л. Петренкиной «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: методические рекомендации»; «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации» Т.А.Тарасова

#### ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

Цель	Условия	Методические рекомендации
Определить координационные способности	Пройти по линии длиной 3 м, шириной 15см.	Голову держать прямо, пройти дорожку, не касаясь ее ограничений
<i>Результат мониторинга:</i>		
Высокий уровень – ребенок прошел по «дорожке» в быстром темпе, с прямой спиной и приподнятой головой, ни разу не наступив за линию		

Средний уровень – ребенок прошел по «дорожке» в среднем темпе, с прямой спиной и приподнятой головой, наступив за линию 1 раз		
Низкий уровень – ребенок прошел по «дорожке» в замедленном темпе, с опущенной головой, наступив за линию более 2 раз		
Определить силовые и координационные способности	Залезть на гимнастическую лестницу, на высоту не менее 1,5 м.	Самостоятельно подняться на высоту 1,5 м. и самостоятельно спуститься вниз
<u>Результат мониторинга:</u>		
Высокий уровень – ребенок энергично влезает на гимнастическую лестницу, выше отметки 1,5 м.		
Средний уровень – ребенок свободно влезает на гимнастическую лестницу до отметки 1,5 м.		
Низкий уровень – ребенок с излишней осторожностью влезает на гимнастическую лестницу, не достигнув отметки 1,5 м.		
Определить силу мышц ног, умение прыгать, отталкиваясь двумя ногами.	Прыгнуть вверх и коснуться рукой до предмета	Из трех попыток ребенок должен два раза коснуться рукой до предмета
<u>Результат мониторинга:</u>		
Высокий уровень – ребенок энергично отталкивается от пола и из трех попыток достает три раза		
Средний уровень – ребенок энергично отталкивается от пола и из трех попыток достает два раза		
Низкий уровень – ребенок тяжело отталкивается от пола и из трех попыток достает один раз и меньше		
Определить выносливость, умение бежать без остановки, частоту координационных способностей	Медленный непрерывный бег в течение 1 мин	Бег выполняется с преподавателем, который задает посильный для детей темп
<u>Результат мониторинга:</u>		
Высокий уровень – ребенок выполняет непрерывный бег в среднем и высоком темпе более 1 мин.		
Средний уровень – ребенок выполняет непрерывный бег в среднем темпе 1 мин.		
Низкий уровень – ребенок выполняет непрерывный бег в замедленном и среднем темпе менее 1 мин.		

ТАБЛИЦА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Показатели развития двигательных качеств	Результаты	
	М	Д
Бег 10м., с	3,3-2,4	3,4-2,6
Прыжки в длину с места, см	60-90	55-93
Метание набивного мяча (1кг), см	117-185	97-178

ТАБЛИЦА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

Показатели развития двигательных качеств	Результаты	
	М	Д
Бег 10м., с	9,7-7,9	9,8-8,3
Прыжки в длину с места, см	100-110	95-104
Прыжки в высоту с места, см	117-185	97-178
Метание набивного мяча (1кг), см	187-270	138-221
Статическое равновесие	7,0-11,8	9,4-11,2

ТАБЛИЦА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

Показатели развития двигательных качеств	Результаты	
	М	Д
Бег 30м., с.	7,8-7,0	7,8-7,5
Прыжки в длину с места, см	116-123	111-123
Прыжки в высоту с места, см.	22-25	21-24
Метание набивного мяча (1кг), см.	450-570	340-520
Статическое равновесие, с.	40-60	50-60

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Уровень показателя	Обозначение	Балл
Высокий	в	3
Средний	с	2
Низкий	н	1

ГРАНИЦЫ БАЛЛОВ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Уровень показателя	Обозначение	Балл
Высокий	в	2,6-3,0
Средний	с	1,6-2,5
Низкий	н	До 1,5

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие».

#### Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

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

- *Бег*: бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см);

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

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

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

*Подвижные игры*: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Строевые упражнения и игры - педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

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

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

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

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

- Бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

- Прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

- Упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны. Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

- Бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля

его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

Ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком; - ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

#### Строевые упражнения:

Педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

#### Подвижные игры:

Педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

#### Спортивные упражнения:

Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Физкультурные праздники и досуг: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов. Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

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

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

- Упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка». Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом; - ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

#### Строевые упражнения:

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

Ритмическая гимнастика: музыкально- упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.

#### Подвижные игры:

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

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

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

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

Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут.

### **Подготовительная группа (6-7 лет)**

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

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

Основные движения:

- Ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

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

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

- Прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку;

- Бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в

движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

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

- Упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

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

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

### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

Основной целью работы является развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры родного края.

Приобщать детей к музыкальному творчеству родного края; воспитывать любовь в родной земле через слушание музыки, разучивание песен, хороводов, традиций Урала. Формировать практические умения по приобщению детей старшего дошкольного возраста к различным народным декоративно-прикладным видам деятельности.

***Часть, формируемая участниками образовательных отношений, представлена содержанием программы Толстиковой О.В., Савельевой О.В. «Мы живем на Урале»: образовательная программа с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста.***

Сущность педагогических задач, решаемых в образовательной деятельности по физическому развитию на материале подвижных игр народов Урала и России:

- развитие интереса к культуре малой родины;
- обогащение двигательного опыта через подвижные игры народов Урала и России;
- выработка практических двигательных навыков и представлений здорового образа жизни на основе народных традиций.

## 2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы.

Физическое развитие в детском саду осуществляется через следующие *формы организации*:

- непрерывная образовательная деятельность с детьми (фронтальные, фронтально-поточный, подгрупповые);
- совместные досуговые мероприятия (праздники и тематические развлечения);
- индивидуальная физическая деятельность с детьми;
- совместная физическая деятельность с детьми (подготовка к спортивным праздникам, конкурсам, эстафетам)
- самостоятельная двигательная игровая деятельность.

*Способы и методы:*

### **Наглядный:**

- Наглядно-зрительные приемы;
- Наглядно-слуховые приемы (музыка);
- Тактильно-мышечные приемы (непосредственно помощь воспитателя);

### **Словесный:**

- Объяснение, пояснение, указания;
- Подача команд, распоряжений, сигналов;
- Вопросы к детям;
- Образный сюжетный рассказ;
- Словесная инструкция.

### **Практический:**

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

### **Средства физического развития:**

- Двигательная активность, занятие физкультурой (овладение основными движениями);
- Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
- Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

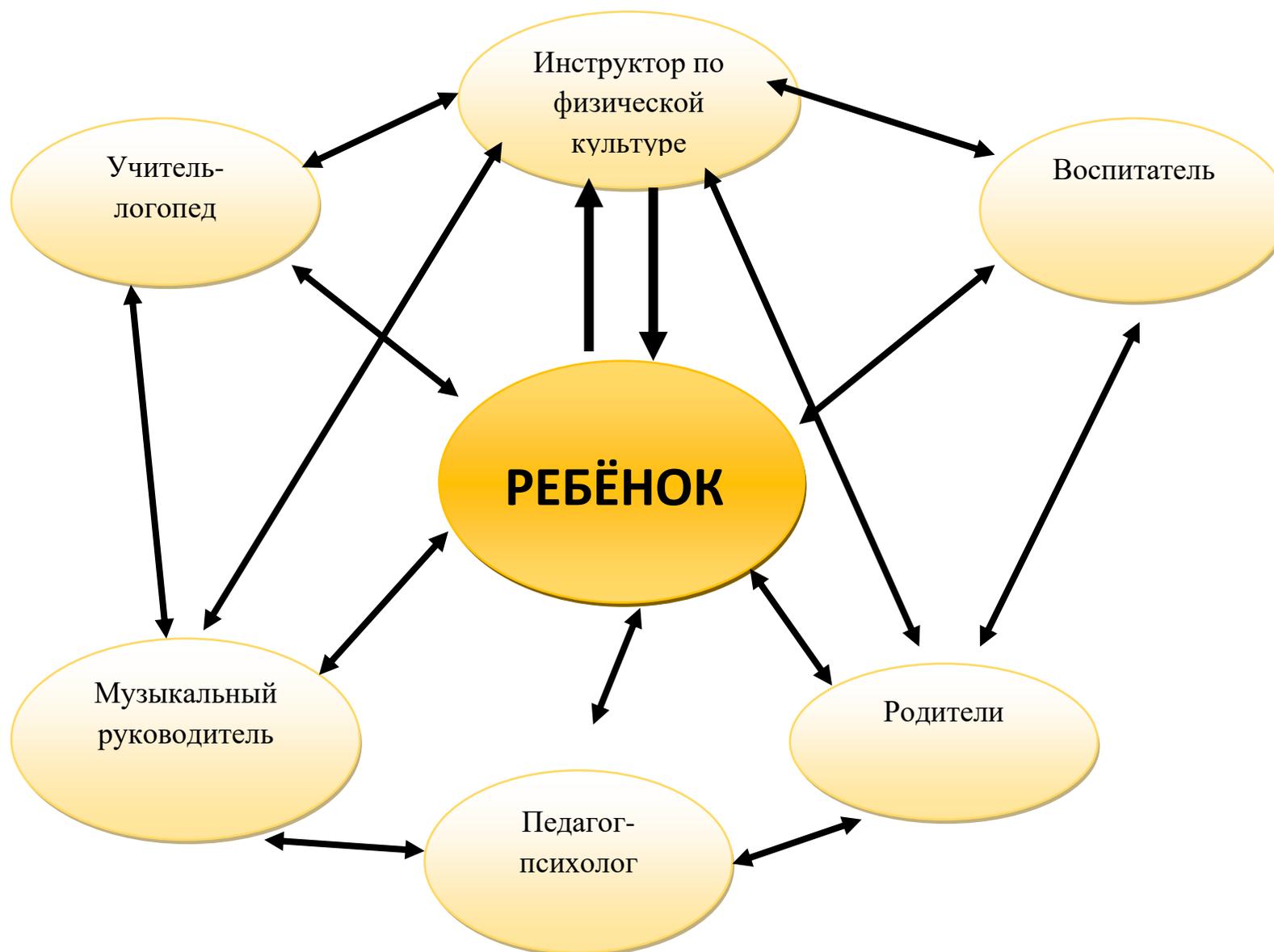
### 2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников, с педагогами и социальными партнерами.

*Взаимодействие с родителями:*

- *Традиционные формы*, родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации, консультации по запросам, анкетирование, беседы, организация совместных мероприятий, разработан стендовый материал для всех возрастных групп, содержание которого соответствует единому комплексно-тематическому плану, создана картотека рекомендаций для занятий родителей с детьми дома
- *Нетрадиционные формы* – ведется страничка на сайте МАДОУ с учетом событийности;
- *Непосредственное вовлечение родителей в образовательную деятельность* - организация совместной деятельности в системе «ребенок-родитель-педагог», привлечение родителей к участию в утренниках, праздниках, спектаклях в качестве исполнителей ролей; участие в конкурсах, фестивалях.

<b>Организационно педагогическая деятельность</b>	<b>Сроки выполнения</b>
<p align="center"><b><i>Организационная работа с детьми:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение занятий по физической культуре;</li> <li>• Проведение развлечений и праздников (по плану);</li> <li>• Индивидуальная работа с детьми;</li> <li>• Подгрупповая работа с детьми;</li> <li>• Проведение подвижных игр на свежем воздухе (по плану).</li> </ul>	<p align="center">С сентября по май</p> <p align="center">В течение года</p>
<p align="center"><b><i>Взаимодействие с педагогами:</i></b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа с педагогами по текущим сценариям праздников и развлечений;</li> </ul>	<p align="center">В течение года</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Привлечение воспитателей к подготовке (изготовлению) спортивно-игрового инвентаря;</li> </ul>	<p align="center">В течение года</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение совместных мероприятий с музыкальными руководителями.</li> </ul>	<p align="center">Согласно плану активного отдыха.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Консультации для воспитателей:</u></li> </ul> <p align="center"><b><i>Взаимодействие с родителями:</i></b></p>	<p align="center">В течение года</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Индивидуальные консультации по запросам родителей;</li> <li>• Общие консультации</li> </ul> <p><b><i>Проведение совместных мероприятий</i></b></p>	<p align="center">В течение года</p>

## Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников и педагогами



## 2.4. Программа воспитания

Основу воспитания на всех уровнях, начиная с дошкольного, составляют традиционные ценности российского общества. Традиционные ценности - это нравственные ориентиры, формирующие мировоззрение граждан России, передаваемые от поколения к поколению, лежащие в основе общероссийской гражданской идентичности и единого культурного пространства страны, укрепляющие гражданское единство, нашедшие свое уникальное, самобытное проявление в духовном, историческом и культурном развитии многонационального народа России (п. 4 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовнонравственных ценностей, утвержденных Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. N 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, N 46, ст. 7977)).

- Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания.
- Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания
- Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.
- Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания.
- Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.
- Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания.
- Ценности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания.

Целевые ориентиры воспитания следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с традиционными ценностями российского общества. С учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок, в программе воспитания находит отражение взаимодействие всех субъектов воспитательных отношений. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство ДОО с другими учреждениями образования и культуры (музеи, театры, библиотеки, и другое), в том числе системой дополнительного образования детей.

Структура Программы воспитания включает три раздела: целевой, содержательный и организационный. Пояснительная записка не является частью рабочей программы воспитания в ДОО и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает Цели и задачи воспитания Общая цель воспитания в МАДОУ - личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности:

- формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Общие задачи воспитания в МАДОУ:

- содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и

саморазвитию, самовоспитанию;

- осуществлять поддержку позитивной социализации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

#### *Направления воспитания. Патриотическое направление воспитания*

Цель патриотического направления воспитания - содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны. Ценности - Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребенка вследствие воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране - России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.

Патриотическое направление воспитания базируется на идее патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и ее уклада, народных и семейных традиций. Работа по патриотическому воспитанию предполагает: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); "патриотизма защитника", стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); "патриотизма создателя и творца", устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем - на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).

#### *Духовно-нравственное направление воспитания*

Цель духовно-нравственного направления воспитания - формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению. Ценности - жизнь, милосердие, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания. Духовно-нравственное воспитание направлено на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско - взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурноисторическом и личностном аспектах.

#### *Социальное направление воспитания*

Цель социального направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми. Ценности - семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания. В дошкольном детстве ребенок начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-смыслового отношения ребенка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребенка в детско-взрослых и детских общностях. Важной составляющей социального воспитания является освоение ребенком моральных ценностей, формирование у него нравственных качеств и идеалов, способности жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство - уважение к человеку, к законам человеческого общества. Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребенком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения.

## Целевые ориентиры воспитания

Деятельность воспитателя нацелена на перспективу становления личности и развития ребенка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребенка к концу раннего и дошкольного возрастов. В соответствии с ФГОС ДО - оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга) не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Содержание и организация воспитательной работы описана в ОП ДО ссылка: [http://дс223.пф/upload/ts223\\_new/files/ce/a5/cea571fd617ae5bd016a5c1222b8ea3b.pdf](http://дс223.пф/upload/ts223_new/files/ce/a5/cea571fd617ae5bd016a5c1222b8ea3b.pdf), раздел 2.9.

### Мероприятия по реализации программы воспитания ДОУ

Направления воспитания	Ценности	Показатели
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Социальное сотрудничество	Человек, семья	Различающий основные проявления дружба, добро и зло, принимающий и уважающий ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку, проявляющий задатки чувства долга: ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Освоивший основы речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать с педагогическим работником и другими детьми на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Знания	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом, проявляющим активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании, обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей российского общества.
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Владеющий основными навыками оздоровительной личной и общественной гигиены, стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме, природе.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности, проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Этико-эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве, стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности, обладающий зачатками художественного вкуса.

### III Организационный раздел

#### 3.1. Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда (далее - РППС) представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория), таки внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей.

РППС создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития. РППС организована как единое пространство, все компоненты которого, согласованы между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учтены:

- этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности - содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и пр.).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- основной образовательной программе МАДОУ;
- материально-техническим и медикосоциальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру образования детей;
- требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает целостность образовательного процесса и включает всё необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей (согласно ФГОС ДО.)

### 3.2. Распорядок и/или режим дня

Организация образовательного процесса в МАДОУ предусматривает личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, социальный заказ родителей, время года, соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений.

При организации *режима дня* детей в МАДОУ предусматривается сбалансированное чередование видов деятельности: непосредственно образовательной деятельности, образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, самостоятельной.

Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, календарный учебный график составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1. учебный год (сентябрь-май), во время которого проводятся непосредственно-образовательная деятельность в соответствии с планом и расписанием НОД, действует режим на холодный период года;
2. летне-оздоровительный период: (июнь-август), во время которого проводятся интегрированные занятия музыкально-изобразительного творчества, оздоровительные мероприятия и спортивные развлечения, на период летних каникул действует режим на теплый период года.

#### Учебный план деятельности инструктора по физической культуре

Направления развития детей	Вид детской деятельности		Количество занятий, общая нагрузка/ часы							
			2 младшая группа с 3 до 4 лет		Средняя группа с 4 до 5 лет		Старшая группа с 5 до 6 лет		Подготовительная группа с 6 до 7 лет	
	Длительность в мин.		15 мин.		20 мин.		25 мин.		30 мин.	
	В неделю	В год	В неделю	В год	В неделю	В год	В неделю	В год	В неделю	В год
Физическое развитие	Физическая деятельность	<i>Физкультура</i>	2 раза	84/23ч.	3 раза	93/31ч.	3 раза	93/39ч.	3 раза	93/72ч.

### 3.3. Материально-техническое обеспечение

Место размещения	Основное Предназначение	Оборудование и игровые материалы
Спортивный зал	Проведение образовательной деятельности по физической культуре, праздников, развлечений, показа театров, развлечений.	Лестница стремянка -1 Стол для воспитателя-1 Магнитофон 1 Стул мягкий «Аскона» 1 Огнетушитель 2 Корзина хозяйственная 3 Стенка гимнастическая деревянная (2,28x0,42 м). -5 Стойка для прыжков (2м). -2 Бревно для гимнастики (4м). -1 Велотренажер детский 1 Контейнер передвижной для хранения мячей -1 Скамья гимнастическая (2м). -1 Снаряды для лазания-1 Палки гимнастические (70см). -26 Обручи алюминиевые (80см). -12 Таз пластмассовый-2 Мат гимнастический (2м). -2 Мячи разноцветные (23см) -26 Обручи (желтые)60см-19 Обручи 90см.-6 Обручи (зеленые) 60см.-27 Конусы (35см). -6 Скамейки (3м). -2 Скамейка (2м).-1 Ребристая доска -1

		<p> Гимнастические коврики (90см).- 15  Мяч- Фитбол (65см).-6  Мячи-прыгуны (45см).-4  Игровой островок (40см).-4  Игровой островок (27см).-9  Гантели (0,5 кг.)-60  Сетка для мячей-2  Тоннель для ползания (210x100 см).-2  Спорт. Игра «Солнышко»-2  Координационная лестница-2  Мешочки для метания (150гр).-30  Шорты для эстафет (100 см).-2  Скакалки (2,4м).-15  Канат (10м).-1  Канат (5м).-1  Ящик (красный)-2  Мячи мяг. Мал.(6м.)-11  Мячи «Ежики» (8см.)-6  Набор для настольного тенниса -10 шт  Мяч набивной ( 1 кг) -1  Клюшки -18шт.  Ракетки -15 шт.  Мешочки для метания (100гр).-10  Мешочки для метания (150гр).-7  Щит мишень -2  Волейбольные мячи -26  Ящики (чер.) -2  Мягкий конструктор </p>
--	--	---

### 3.4. Перечень программно-методического обеспечения

1. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «МАЛЫШИ-КРЕПЫШИ», издательский дом «Цветной мир», 2016 год. ([https://firo.ranepa.ru/files/docs/do/navigator\\_obraz\\_programm/malyshi\\_krepyschi.pdf](https://firo.ranepa.ru/files/docs/do/navigator_obraz_programm/malyshi_krepyschi.pdf))
2. Социально-оздоровительная технология «Здоровый дошкольник» (Ю.Ф. Змановский)
3. Игратьте на здоровье» Волошиной Л. Н, Куриловой Т.
4. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: Практическое пособие. - М.: Айрис-пресс, 2005.
5. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников. СПб, 2007.
6. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 6-7 лет-М.: Сфера, 2002
7. Картушина М.Ю.Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет. М.: ТЦ «Сфера», 2010
8. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений.-М.: АРКТИ, 1999.
9. Милюкова И.В., Т.А. Евдокимова Гимнастика для детей. - М.: Изд-во Эксмо; СПб.: Сова, 2004.
10. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни. – М.: ТЦ Сфера, 2012.
11. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и моё здоровье: практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет. Программа занятий, упражнения и дидактические игры.-М.: Школьная пресса, 2008.
12. Фомина Н.А., Зайцева Г.А. и др. Сказочный театр физической культуры. (Физические занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок). Волгоград: Учитель, 2004.
13. Фросин В.Н, Фросин П.В., Фросина В.В., и др. Азбука - Зарядка. – СПб.: Детство пресс , 2001.
14. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. – М.: ТЦ Сфера, 2014.
15. Шукшин С.Е. Я и мое тело. – М.: Школьная пресса, 2009.
16. Н.Л. Петренкиной «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: методические рекомендации»;  
«Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации» Т.А.Тарасова

## Традиционные события, мероприятия, проводимые в МАДОУ

№	Название мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1.	Праздник «День Знаний»	1 сентября	Музыкальный руководитель, воспитатели
2.	Праздник «Осенняя акварель»	3 неделя октября	Музыкальный руководитель, воспитатели
3.	Праздник, посвященный Дню Матери	3 неделя ноября	Музыкальный руководитель, воспитатели
4.	Выставка детских поделок на зимнюю тематику	3 неделя декабря	Воспитатели
5.	Праздник «Новый год»	4 неделя декабря	Музыкальный руководитель, воспитатели
6.	Участие в акции «Столовая для пернатых друзей!»	В течение декабря	Воспитатели
7.	«Коляда-коляда, отворяйте ворота!»	12 января	Музыкальный руководитель, воспитатели
8.	Будущие защитники Отечества», «Зарница»	20 февраля	Инструктор по физкультуре, воспитатели
9.	Праздник «Поздравляем наших мам»	1 неделя марта	Музыкальный руководитель, воспитатели
10.	Фольклорный праздник «Масленица»	(по календарю)	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре, воспитатели
11.	Праздник, посвященный Дню Победы	1 неделя мая	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре, воспитатели

Перспективный план мероприятий активного отдыха на 2023– 2024 учебный год

№	Месяц	Название мероприятия
1.	СЕНТЯБРЬ	Все группы: Физкультурный досуг «Осенний кросс»
2.	ОКТЯБРЬ	2 младшая, средняя группа: «Что у Осени в лукошке» Старшая, подготовительная группа: «Юные спортсмены»
3.	НОЯБРЬ	2 младшая группа: «Кто в теремочке живет?» Средняя группа: «Давайте играть!» Старшая, подготовительная группа: «Единство на всегда» Провести физкультурный досуг ко Дню народного единства.
4.	ДЕКАБРЬ	Неделя здоровья. 2 младшая группа: «В гостях у снеговика» Средняя группа: квест «Проделки зимушки Зимы» Старшая, подготовительная группа: «Спортивный Новый Год»
5.	ЯНВАРЬ	2 младшая: «Мы мороза не боимся» Средняя группа: зимний спортивный праздник «Весёлая санница»
6.	ФЕВРАЛЬ	2 младшая: Физкультурно-спортивный квест Средняя группа: Спортивно -тематическое занятие «Аты- баты шли солдаты!» Старшая, подготовительная группа: Спортивное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья».
7.	МАРТ	2 младшая: «Мама тоже маленькой была!» Старшая, подготовительная группа: Мастер класс от наших мам «Спортивные мамы»
8.	АПРЕЛЬ	2 младшая, средняя группа: «Космическое путешествие» Старшая группа: квест «Малая и большая медведица. Тайна звездного неба.» Подготовительная группа: Спортивный праздник совместно с первоклассниками «День здоровья»
9.	МАЙ	2 младшая, средняя группа: «Праздник народной игры» Старшие, подготовительные группы: «Смотр песни и строя», посвященный Дню Победы

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 313610560361790834405897087696873934965033578847

Владелец Басова Ирина Владимировна

Действителен с 15.01.2024 по 14.01.2025