

Государственное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение
детский сад № 23 общеразвивающего вида с приоритетным направлением деятельности
по физическому развитию детей Калининского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
от «29» августа 2024г.
Протокол № 1



Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д/с № 23
Приказ от «30» августа 2024г. № 1/45
Мозгалина Н.И.

С учетом мнения
Совета родителей
от «26» августа 2024г.
Протокол № 5

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
на 2024-2025 учебный год**

**Старшая группа
(дети 5-6 лет)**

Срок реализации программы 1 год

Автор программы:
инструктор по физической культуре
Екатерина Анатольевна Мирославская

Санкт-Петербург
2024

Содержание

1. Общие положения.....	3
2. Целевой раздел.....	5
2.1. Пояснительная записка.....	5
2.1.1. Цели и задачи реализации программы.....	5
2.1.2. Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО	5
2.2. Возрастные характеристики развития воспитанников 5-6 лет	6
2.2.1. Индивидуальные особенности детей.....	7
2.3. Планируемые результаты реализации программы к шести годам.....	8
2.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.....	8
3. Содержательный раздел.....	10
3.1. Задачи и содержание образования в области «Физическое развитие».....	10
3.1.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического разви- тия.....	10
3.1.2. Содержание образовательной деятельности.....	10
3.2. Задачи воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие».....	15
3.3. Интеграция с другими образовательными областями.....	16
3.4. Система образовательной работы с воспитанниками в контексте реализуемых программ и технологий.....	17
3.5. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы.....	19
3.5.1. Формы основных видов образовательной деятельности по физической культуре	19
3.5.2. Методы и средства, используемые для реализации Программы.....	20
3.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	21
3.7. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	22
3.8. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучаю- щихся.....	23
4. Организационный раздел.....	26
4.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы.....	26
4.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	27
4.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методиче- скими материалами и средствами обучения и воспитания.....	27
4.3.1. Материально-техническое оснащение спортивного зала.....	27
4.3.2. Материально-техническое оснащение спортивной площадки.....	28
4.3.3. Учебно-методическое обеспечение.....	28
4.4. Построение образовательного процесса.....	30
4.4.1. Календарно – тематическое планирование образовательной деятельности.....	31
4.4.2. Организованная образовательная деятельность по физической культуре.....	36
4.4.3. Планирование культурно-досуговой деятельности.....	36
4.5. Календарный план воспитательной работы.....	37

1. Общие положения

Данная рабочая программа разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования (далее – Программа) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 23 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Калининского района Санкт-Петербурга (далее ГБДОУ) в соответствии с нормативными документами:

- Конвенция о правах ребенка (1989 г.)
https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384)
https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»
https://files.oprf.ru/storage/image_store/docs2022/programma15122022.pdf
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122>
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202011120001>
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 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»
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022>
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599)
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202009010021>
- Устав ГБДОУ детский сад №23 Калининского района Санкт-Петербурга
https://dou23spb.tvoyasadik.ru/upload/tsdou23spb_new/files/4a/4d/4a4dae2750298b2200bb7e5d3a69b691.pdf
- Локальные акты ГБДОУ детского сада № 23 Калининского района Санкт-Петербурга
<https://dou23spb.tvoyasadik.ru/sveden/document>

Рабочая программа является нормативным документом, обеспечивающим построение в дошкольном учреждении целостного педагогического процесса, направленного на полноценное всестороннее развитие воспитанников в возрасте от 5 до 6 лет.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса детей старшей группы с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями и возможностями детей, основывается на

комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса и соблюдения преемственности между возрастными дошкольными группами. Рабочая программа предусматривает взаимодействие с разными субъектами образовательных отношений, осуществляется с учетом принципов дошкольного образования, зафиксированных во ФГОС

ДО
(https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/1ad1a834f2604827f926f8d5cce7251c500a26cd/#dst100014)

В рабочей программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы. Рабочая программа реализуется в группе общеразвивающей направленности, сроком на 1 год. ***Общеобразовательная программа реализуется на государственном языке (русском) Российской Федерации.***

2. Целевой раздел

2.1 Пояснительная записка

2.1.1. Цели и задачи программы

Целью Программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Задачи Программы:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

2.1.2. Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и 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 младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников
- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО 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.

2.2 Возрастные характеристики развития воспитанников 5-6 лет

Особенности психического развития

К этому периоду жизни у ребенка накапливается достаточно большой багаж знаний, который продолжает интенсивно пополняться. Ребенок стремится поделиться своими знаниями со сверстниками, что способствует появлению познавательной мотивации в общении, и его широкий кругозор позитивно влияет на успешность среди сверстников

У ребенка развито устойчивое положительное отношение к себе, уверенность в своих силах. Он в состоянии проявить эмоциональность, самостоятельность в решении социальных и бытовых задач.

Попытки самостоятельно придумать объяснения происходящим явлениям свидетельствуют о новом этапе развития познавательных способностей. Ребенок активно интересуется познавательной литературой, символическими изображениями, графическими схемами, делает попытки использовать их самостоятельно.

Развитие произвольности и волевых качеств позволяют ребенку целенаправленно преодолевать определенные трудности, специфичные для дошкольника. Также развивается соподчинение мотивов (например, ребенок может отказаться от шумной игры во время отдыха взрослых).

Ребенок может запомнить что-либо целенаправленно. Кроме коммуникативной, развивается планирующая функция речи, то есть ребенок учится последовательно и логически выстраивать свои действия, рассказывать об этом. Развивается самоинструктирование, которое помогает ребенку заранее организовать свое внимание на предстоящей деятельности.

Старший дошкольник способен различать весь спектр человеческих эмоций, у него появляются устойчивые чувства и отношения. Формируются «высшие чувства»: интел-

лектуальные, моральные, эстетические. На фоне эмоциональной зависимости от оценок взрослых у ребенка развивается притязание на признание, выраженное в стремлении получить одобрение и похвалу, подтвердить свою значимость.

Достаточно часто в этом возрасте у детей появляется такая черта, как лживость, то есть целенаправленное искажение истины. Развитию этой черты способствует нарушение детско-родительских отношений, когда близкий взрослый чрезмерной строгостью или негативным отношением блокирует развитие у ребенка позитивного самоощущения, уверенности в своих силах. И чтобы не потерять доверия взрослого, а часто и оградить себя от нападков, ребенок начинает придумывать оправдания своим оплошностям, перекладывая вину на других.

Нравственное развитие старшего дошкольника во многом зависит от степени участия в нем взрослого, так как именно в общении со взрослым ребенок узнает, осмысливает и интерпретирует нравственные нормы и правила. У ребенка необходимо формировать привычку нравственного поведения. Этому способствует создание проблемных ситуаций и включение в них детей в процессе повседневной жизни.

При организации совместных игр использует договор, умение учитывать интересы других, в некоторой степени умеет сдерживать свои эмоциональные порывы.

Самооценка ребенка дошкольного возраста достаточно адекватно, более характерно ее завышение, чем занижение. Необходимо более объективно оценивать результаты деятельности, чем поведение.

Особенности физического развития:

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и 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 к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

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. 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 6-8 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 6-7 лет.

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 пере-

грузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) является учет их возрастных особенностей.

2.2.1 Индивидуальные особенности детей

Списочный состав воспитанников старшей группы № 3 – _____ человек.

Из них:

показатели	кол-во (чел.)	кол-во (в %)
Мальчиков		
Девочек		
I группа здоровья		
II группа здоровья		
III группа здоровья		
I физкультурная группа здоровья		
II физкультурная группа здоровья		
III физкультурная группа здоровья		

Списочный состав воспитанников старшей группы № 10 – _____ человек.

Из них:

показатели	кол-во (чел.)	кол-во (в %)
Мальчиков		
Девочек		
I группа здоровья		
II группа здоровья		
III группа здоровья		
I физкультурная группа здоровья		
II физкультурная группа здоровья		
III физкультурная группа здоровья		

Списочный состав воспитанников старшей группы № 11 – _____ человек.

Из них:

показатели	кол-во (чел.)	кол-во (в %)
Мальчиков		
Девочек		
I группа здоровья		
II группа здоровья		
III группа здоровья		
I физкультурная группа здоровья		
II физкультурная группа здоровья		
III физкультурная группа здоровья		

2.3 Планируемые результаты реализации программы к шести годам

- Ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.

2.4 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогом в рамках педагогической диагностики. Педагогическая диагностика направлена на изучение деятельностных умений ребенка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявить особенности и динамику развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения Программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика проводится два раза в год с 23.09.2024 по 06.10.2024 и с 21.04.2025 по 04.05.2025.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью воспитанников в спонтанной и специально организованной деятельности, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности. Педагогическую диагностику проводят воспитатели и специалисты ДООУ.

Результаты педагогической диагностики заносятся в карту наблюдений детского развития. Карты представлены в виде структурированных в таблицы диагностических показателей, определенных в соответствие с планируемыми результатами реализации ФОП ДО, представляющих собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах к завершению ДДО, и содержанием образовательной деятельности по физическому развитию.

3. Содержательный раздел

3.1 Задачи и содержание образования в области «Физическое развитие»

3.1.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития

- Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

3.1.2. Содержание образовательной деятельности

Виды движений	Задачи	Содержание образовательной деятельности
Основная гимнастика <i>Основные движения</i>		
Ходьба	Закреплять умение легко ходить, энергично отталкиваясь от опоры.	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
Бег	Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий закреплять умение бегать легко, энергично отталкиваясь от опоры.	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

		2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой
Прыжки	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	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) 2-2,5 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
Катание Бросание Ловля Метание	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	прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину
Ползание	Закреплять умение ползать,	ползание на четвереньках, разными

Лазанье	подлезать, перелезать через предметы. Учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом	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
Упражнения в равновесии	Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений 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»
Основная гимнастика Общеразвивающие упражнения		
Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса	Развивать и укреплять мышцы кистей, рук и плечевого пояса	поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей
Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника	Развивать и укреплять мышцы спины; развивать гибкость позвоночника	поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног	Развивать и укреплять мышцы ног и брюшного пресса	приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и

		пальцами ног и перекладывание их с места на место
Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии	Развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слухательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом	ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений
Основная гимнастика Строевые упражнения		
Строевые упражнения	Приучать действовать совместно, в общем для всех темпе. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.	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
Подвижные игры		
С бегом	Продолжать закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, формировать качество движений и поощрять соблюдение правил, учить быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	«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	Обучать взаимодействию детей в команде, оказанию помощи и взаимовыручки, инициативы при организа-	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
С лазанием 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	ции игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивать творческие способности, поддерживать инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Формировать духовно-нравственные качества, основы патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх	«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнований		«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
Народные игры		«Гори, гори ясно!» и др
Спортивные игры		
Городки	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.	бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур
Элементы баскетбола		перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам
Бадминтон		отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом
Элементы футбола		отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам
Элементы хоккея		прокатывание шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывание ее в ворота; прокатывание шайбы друг другу в парах
Спортивные упражнения		
Катание на санках	Закаливать и укреплять организм ребенка Развивать ориентировку в пространстве	по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки
Ходьба на лыжах	Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы. Повышать работоспособность и выносливость	по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуёлочкой»

	организма.	(прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения <i>Игры на лыжах:</i> «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».
Катание на самокате	Учить кататься на самокате отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Проезжать между предметами	по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения
Формирование основ здорового образа жизни		
Формирование основ здорового образа жизни	Уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья)	Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Расширять представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием).
Активный отдых		
Досуги Праздники Дни здоровья	Приобщать к здоровому образу жизни, воспитывать нравственно-патриотические чувства Посвящаются государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям	Содержание составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания, оздоровительные мероприятия.

3.2. Задачи воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

3.3. Интеграция с другими образовательными областями

«Познавательное развитие»

Развитие интереса у детей к физической культуре и спорту.

Развивать личную заинтересованность, ориентированную на овладение знаниями и навыками сохранения собственного здоровья.

Формирование первичных представлений о спортивных объектах, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форма мяча, материал, размер и т.д.). Развивать представление о социокультурных ценностях нашего народа через историю развития отечественного спорта.

Познакомить дошкольников с современным олимпийским движением, охватывающим людей разного пола, национальностей, двигательных и функциональных возможностей.

Познакомить дошкольников с доступными для этого возраста сведениями из истории олимпийского движения, как достижения общечеловеческой культуры.

- активация мышления детей через самостоятельный выбор игры, оборудования, перерасчет мячей и т.д.
- упражнения на ориентировку в пространстве,
- подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (например, имитация поведения животных и т.д.)
- построение конструкций для подвижных игр и упражнений из мягких модулей, спортивного оборудования)
- просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, о спортивных объектах Санкт-Петербурга и России, о здоровом образе жизни.

«Социально-коммуникативное развитие»

Формирование соответствующих форм поведения, на основании собственного опыта, вырабатывающиеся у ребенка как адекватные для конкретных условий:

- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств;
- побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;
- проведение подвижных игр, игр-соревнований;
- проведение соревнований в д/с.

Формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх и, при выполнении основных движений, при пользовании спортивным инвентарем:

- проведение инструктажа на тему «обеспечение безопасности при использовании спортивного оборудования», «правила поведения в спортивном зале» и т.д.
- тематические досуги по правилам: дорожного движения, поведения в природе и т.д.

Формировать ответственное отношение к порученному заданию. Приучать детей самостоятельно поддерживать порядок в спортивном зале и площадке:

- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования;
- самообслуживание.

«Речевое развитие»

Развитие свободного общения со взрослыми и детьми на тему «физическая культура и спорт», активизировать словарный запас за счет спортивной терминологии:

- проговаривание действий и название упражнений
- поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности
- обсуждение пользы закаливания и занятий физическими упражнениями
- восприятие литературных произведений с последующим обсуждением
- сочинение рассказов, например, «Как я занимаюсь спортом»
- сочинение загадок (про спортивный инвентарь, виды спорта)

- подвижные (народные) игры с речевым сопровождением
- тематических (по сказкам) игр-соревнований
- проведение соревнований в д/с.

«Художественно-эстетическое развитие»

Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания в области «физическая культура»:

- оформление площадки и спортивного зала к праздникам и совместной деятельности;
- использование в подвижных играх и упражнениях, изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, султанчики, мишени и т.д.);
- построение конструкций для подвижных игр и упражнений из мягких модулей, спортивного оборудования).

Использование художественных произведений для обогащения содержания области «физическая культура»:

- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок;
- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек;
- восприятие литературных произведений с последующим обсуждением на тему «физическая культура и спорт».

Развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти. Удовлетворение потребности в самовыражении:

- использование упражнений ритмопластики;
- выполнение общеразвивающих движений, основных движений под музыку;
- использование музыкально-подвижных игр;
- построение занятия на танцевальном материале;
- прослушивание песен о спорте.

Развитие эстетических чувств детей:

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида на занятиях физическими упражнениями (спортивная форма).

3.4. Система образовательной работы с воспитанниками в контексте реализуемых программ и технологий

Приоритетным направлением деятельности ДООУ является осуществление деятельности по физическому развитию детей. Образовательная область «Физическое развитие» дополнена следующими программами и технологиями:

направление «Физическая культура»

Название программы, технологии:

1. «Физическая культура – дошкольникам» (2001) Автор – Л.Д. Глазырина

Цель программы, технологии:

Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного возраста.

Задачи:

- Оздоровительного направления – обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей.
- Воспитательного направления – обеспечение социального формирования личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей.
- Образовательного направления – обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

Характеристика программы, технологии:

Пособие способствует решению проблем физического воспитания детей дошкольного возраста с помощью нетрадиционных методов обучения. Система занятий ориентирована

на потенциальную социально-психологическую, интеллектуальную и физическую подготовку ребенка.

Используемый раздел программы:

I квартал	II квартал	III квартал:
«Учимся правильно ходить» №1 «Учимся правильно бегать, прыгать и метать» №2 «Мы – туристы» №4 «Стать красивым и стройным» №5 «Играй, играй в игре умения добывай» №6 «Мы – юные футболисты» №9 Занятие №13 «Мы бросаем далеко и в цель попадаем хорошо» №18 «Мы – футболисты» №24 Занятие №30 Занятие №31 Занятие №34	Занятие №43 Занятие №44 «Мы чуть-чуть хоккеисты» №45 Занятие №46 Занятие №49 Занятие №50 Занятие №51 «Зимой на воздухе» №53 Занятие №57 Занятие №63 «Здоровье и лыжи» №66 Занятие №69	Занятие №76 Занятие №84 Занятие №88 Занятие №94 Занятие №97 Занятие №98 «Классики» №103 «Баскетбол в играх» №105 Занятие №106 «В борьбе за мяч» №107 Занятие 108 Занятие №115 Занятие № 116 Занятие №130

2. «Олимпийское образование дошкольников» (2007) Автор – С.О. Филиппова

Цель программы, технологии:

Ознакомление старших дошкольников с первоначальными сведениями об истории олимпийского движения

Задачи:

- Создать у детей представления об Олимпийских играх как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей, в котором участвуют народы всего мира.
- Ознакомить дошкольников с доступными для детей этого возраста сведениями из истории олимпийского движения.
- Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт олимпизма.

Характеристика программы, технологии:

В данном пособии представлены методические материалы для подготовки педагогов к занятиям, а также примерные конспекты занятий.

Используемый раздел программы:

- методические материалы для педагогов;

- примерные конспекты занятий:

- в группе
- в спортивном зале
- в музыкальном зале
- по рисованию
- тематические физкультурные досуги

Направление «Здоровье»

Название программы, технологии: «Здоровье» (1993) В.Г. Алямовская

Цель программы, технологии:

Комплексная система воспитания ребенка – дошкольника, здорового физически, разносторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства *Задачи:*

- укрепление здоровья детей
- воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности.
- создание условий для реализации потребности в ДА

Характеристика программы, технологии:

Целевая программа, рассчитана на все возрастные группы. Направлена на развитие позитивной личности, у которой формируется отношение к себе и другим людям, природе и вещам, искусству, а также традициям и обычаям своего народа. Предполагает самостоятельного отбора воспитателем содержания обучения и воспитания.

Используемый раздел программы:

- Организация двигательной деятельности (режим двигательной активности) - Лечебно-профилактическая работа, закаливание.
- Методики проведения закаливающих процедур:
 - босохождение
 - питьевой режим
 - полоскание полости рта после еды
 - сон без маек
 - игровые дорожки
 - тепловой режим в группе
 - рекомендации к одежде

3.5. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы педагоги определяют в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

При реализации Программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения осуществляется в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

3.5.1. Формы основных видов образовательной деятельности по физической культуре

Образовательная деятельность в режимных моментах:

- Физкультминутки
- Подвижные игры и игровые упражнения, организуемые в помещении и на улице (игры: с элементами спортивных игр, народные, сюжетные, бессюжетные, подвижно-дидактические)
- Гимнастика: после сна, утренняя, дыхательная, на формирование навыка правильной осанки и профилактики плоскостопия, ритмопластика, пальчиковая, для глаз
- Спортивные упражнения: катание на велосипеде и самокате
- Досуги, организуемые в помещении и на участке
- Прогулки-походы

- Восприятие литературных произведений на тему «Спорт», с последующим свободным общением, с решением проблемных ситуаций
- Рассматривание иллюстраций, фотографий на тему «Спорт» и «Здоровый образ жизни» в познавательных книгах и детских иллюстрированных энциклопедиях
- Настольно печатные игры и игры-задания на тему «Спорт»: лото «Спорт» (разные варианты), «Отгадай вид спорта», «Чьи вещи?», «Кто больше?», серия игр «Я- спортсмен» (игровые, зимние и летние виды спорта), «Золотая коллекция спортивных игр», «Энциклопедия футбола», и т.д.
- «Лабиринт», кроссворды, ребусы, «Что перепутал художник», «отгадай слова» и т.д.

Организованная образовательная деятельность:

- Игровая (на основе подвижных игр)
- Сюжетно-игровая
- На танцевальном материале
- С использованием нестандартного оборудования
- Тематическая
- Проектная деятельность тематического характера, например, «Откуда взялся мяч?», «Где занимаются спортом?» и т.д.
- Соревнования

Самостоятельная деятельность детей:

- Разнообразная двигательная деятельность (самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, игры с элементами спорта, спортивные упражнения)

Совместная деятельность с семьей:

- Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ:
 - индивидуальные и групповые консультации
 - родительские собрания
 - оформление информационных стендов
 - организация фотовыставок
- Совместная деятельность
 - привлечение родителей к подготовке атрибутов для упражнений, площадки и зала для занятий
 - проведение совместных досугов, занятий
 - маршрутов выходного дня

3.5.2. Методы и средства, используемые для реализации Программы

- Наглядные

Создают зрительное, слуховое, мышечное представление о движении, обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений ребенка:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фото и др.), имитация (подражание), зрительные ориентиры (предметы, разметка поля);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя);

- Словесные

Помогают ставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывают содержание и структуру движения, активизируют мышление детей, способствуют осознанному выполнению физических упражнений, активизации идеомоторных актов (перехода представлений о движении мышц в реальное выполнение этого движения):

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;

- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция;

- **Практические**

Обеспечивают проверку двигательных действий ребенка, правильность их восприятия, моторные ощущения:

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

Средства, используемые для реализации Программы

- Основное средство – физические упражнения
- Оздоровительные силы природной среды (солнце, воздух, вода);
- Гигиенические факторы

Вариативность форм, методов и средств реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы учитываются субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

3.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность в ДОУ ***включает:***

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов; самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации Программы.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, выбираются один или несколько вариантов совместной деятельности:

- совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;
- совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог – равноправные партнеры;
- совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;
- совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в

роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

- самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога.

При организации двигательной деятельности, учитывается опыт ребёнка, его субъектные проявления (самостоятельность, творчество, стремление к сотрудничеству с детьми, инициативность и желание заниматься двигательной деятельностью).

Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности. Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

3.7. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, танцевать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности.

Для поддержки детской инициативы учитываются следующие условия:

- уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;
- расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
- поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;
- поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
- внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижения каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Дети пяти-семи лет имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребёнка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

Для поддержки детской инициативы педагог использует ряд способов и приемов.

- Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение.
- У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.
- Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.
- Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.
- Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности.

3.8. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

Цель взаимодействия с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Задачи:

- информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;
- просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Взаимодействия с родителями (законными представителями) строятся на следующих **принципах**: 1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка 2) открытость 3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей) 4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье 5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями).

Взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким направлениям:

- диагностико-аналитическое направление
- просветительское направление
- консультационное направление

Организация работы с родителями на учебный год

Ме-	Направление работы	
	Просветительская работа	Вовлечение родителей в педагогический процесс
Сентябрь	Выступления на родительском собрании, консультации: • Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ (на общем собрании). • «Особенности физического развития детей» «Физиологические механизмы оздоровительного воздействия занятий физическими упражнениями на организм ребенка» • «Особенности психомоторного развития ребенка 5-6 лет» • «Спорт для дошколят»	
Октябрь	Консультация на тему: • «Пути активизации двигательной активности детей с учетом их индивидуальных особенностей» (индивидуально) • «Признаки психомоторного неблагополучия во внешних проявлениях ребенка» • «Прогулка – незаменимое средство в оздоровлении детей»	Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадки - субботник
Ноябрь	Консультация на тему: • «Здоровье детей в наших руках» • «Формирование навыка правильной осанки дома» • «Готовь сани летом»	Районные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»

Декабрь	Консультация на тему: • «Выходной день вместе с семьей – это здорово» • «Зима, забавы, правила - веселье должно быть безопасным» • «Надежная наша опора» (профилактика плоскостопия)	
Январь	Консультация на тему: • «Игры на снежной площадке» • «Безопасная двигательная деятельность дома»	• Фотовыставка «Зимние забавы» • Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадки - субботник
Февраль	Консультация на тему: • «Режим двигательной активности дома» • «Развитие мелкой моторики дома»	Участие родителей в спортивном развлечении посвященного Дню защитника Отечества
Март	Семинар-практикум на тему: • «Содержание детско-родительских игр и парных физических упражнений» Консультация на тему: • «Мы покупаем велосипед»	
Апрель	Консультация на тему: • «Безопасность дома» • «Ребенок на колесах: беговел, самокат, велосипед, ролики. Безопасность превыше всего!»	• Неделя открытых дверей • Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадки – субботник
Май	Индивидуальные консультации Консультация на тему: • «Детская площадка на дачном участке»	Соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»
Июнь	Консультация на тему: • «Безопасность на природе» • Советы родителям по обучению детей плаванию • «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Помощь в изготовлении атрибутов для проведения подвижных игр с экологическим содержанием

4. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

4.1 Психолого-педагогические условия реализации Программы

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).
- обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДООУ, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
- учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообществ;
- психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Федеральной программы в ДООУ, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия,

востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально значимой деятельности;

- использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;
- предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

4.2 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

РППС ДОУ создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

РППС соответствует: требованиям ФГОС ДО; образовательной программе ДОУ; материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОУ; возрастным особенностям детей; воспитывающему характеру обучения детей в ДОО; требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

4.3 Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

4.3.1. Материально-техническое оснащение спортивного зала

название	количество(шт.)
<i>стандартное</i>	
гимнастические скамейки	6
гимнастическая стенка	4
наклонная доска	3
наклонная лестница	3
канаты	2
мишени напольные вертикальные	2
мишени навесные	1
веревка (2 х 2,5м)	2
«воротики» (h 32-3шт, h 60-4 шт)	7
флажки цветные	30
кегли	24
обручи пластмассовые $\varnothing$ 50 см	30
обручи пластмассовые $\varnothing$ 70 см	20
обручи пластмассовые $\varnothing$ 90 см	6
ленточки 50см на кольцо	50
ленточки короткие	25
кубики мягкие	15
гимнастические палки деревянные	19
гимнастические палки пластмассовые	12
мячи резиновые $\varnothing$ 20см	24
мячи резиновые $\varnothing$ 12см	22
мячи резиновые $\varnothing$ 8см (h-40, c-16)	20
мячи пластмассовые	100

гантели пластмассовые	20
ориентиры	12
коврики для выполнения упражнения	26
магнитофон	1
CD-диски	фонотека
тренажеры	
Информационно-тренажерная система Тиса	1
Беговая дорожка	1
Силовой	1
Степ	1
Велотренажер	1
нестандартное	
мячи массажные	20
мячи «мякиши» Ø 20см	10
мячи «мякиши» Ø 8см	20
ориентиры «кочки»	16
ориентиры «листки»	20

4.3.2. Материально-техническое оснащение спортивной площадки

название	количество(шт.)
гимнастическое бревно	1
мишень вертикальная	1
спортивный комплекс	2

4.3.3. Учебно-методическое обеспечение

по направлению «Физическая культура»

Комплексная программа и ее методическое обеспечение	Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез Сборник подвижных игр: Методическое пособие/ Автор- составитель Степаненкова Э.Я. – М.: Мозайка-Синтез Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. – М.: Мозайка-Синтез, 2014 С.Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. - М.: Мозайка-Синтез, 2017
Парциальные программы	Алямовская В.Г. Программа «Здоровье». Физическая культура – дошкольникам» (2001) Автор – Л.Д. Глазырина Ж. Фирилева, Е. Сайкина Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: Детство-Пресс, 2007. С.О. Филиппова «Олимпийское образование дошкольников» (2007) Токаева Т.Э. «Будь здоров, дошкольник» (2016)
Технологии и методические пособия	Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста. О.Б. Казина Веселая физкультура для детей и их родителей. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина Игры и развлечения детей на воздухе - М.: Просвещение, 1981. Т.И. Осокина Физическая культура в детском саду.

	М.Н. Попова Навстречу друг другу. Г.А. Прохорова Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. М.А. Рунова Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. А.Н. Сивачева Физкультура – это радость! (спортивные игры с нестандартным оборудованием) В.Н. Шебеко Физкультурные праздники в детском саду. Т.Е. Харченко Организация двигательной деятельности детей в детском саду. - СПб. Детство-Пресс, 2010. Д.В. Хухлаева Методика физического воспитания в ДОУ. С.О. Филиппова Мир движений мальчиков и девочек: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений. - СПб. Детство-Пресс, 2001. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ (автор-составитель О.Н.Моргунова) Т.Э. Токаева Технология физического развития детей 5-6 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2018
Дидактические игры	«Узнай вид спорта по спортивному инвентарю» «Опиши спортсмена» «Разложи картинки на зимние, летние виды спорта» «Разрезные картинки» «Соедини линией спортсмена и спортивный инвентарь» «Четвёртый лишний» Домино Лото «Спорт» Пазлы Что лишнее? Угадай вид спорта Что перепутал художник? Хорошо-плохо Раскраски Детские книги И т.д.
Наглядные пособия	Плакаты с изображением разных видов спорта Подбор картинок Энциклопедия Алгоритм выполнения движения Презентации

по направлению «Здоровье»

Комплексная программа и ее методическое обеспечение	Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: Методическое пособие. - М.: Мозаика-Синтез Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7 лет: Методическое пособие. - М.: Мозаика-Синтез Быстрее, выше, сильнее: Рабочая тетрадь для занятий с детьми от 4 лет. - М.: Мозаика-Синтез Я вырасту здоровым: Рабочая тетрадь для занятий с детьми от 5 лет. - М.: Мозаика-Синтез
Парциальные	Алямовская В.Г. Программа «Здоровье»

программы	
Технологии и методические пособия	И. Е. Аверина Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» (практическое пособие) А.С. Галанов Игры, которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). Н.С. Голицина, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровливания детей дошкольного возраста. Е.И. Подольская Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. М.Н. Попова Навстречу друг другу. В.Г. Алямовская Как воспитать здорового ребенка. – М.: linka- press, 1993. С.Н. Агаджанова Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: учебное пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2008. Л.В. Баль, В.В. Ветрова Букварь здоровья. – М.: Эксмо, 1995. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова Разговор о правильном питании. – М.: Олма-Пресс, 2000. В.А. Доскин, Л.Г. Голубева Растем здоровыми. – М.: Просвещение, 2002. Г.Зайцев Уроки Мойдодыра. – СПб. Акцидент, 1997. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006. О.В. Козырева Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников: Пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры дошкольных образовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2007. Если ребенок часто болеет: Пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры. – М.: Просвещение, 2008. В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров Развивающая педагогика оздоровления. – М.: Линка-пресс, 2000. Кулик Г.И., Н.Н. Сергиенко Школа здорового человека. Программа для ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2010. М.Д. Маханева Воспитание здорового ребенка. – М.: Аркти, 1997. Т.А. Тарасова Я и мое 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. Г.А. Широкова Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. – Ростов на Дону: Феникс, 2009. Т.А. Шорыгина Беседы о здоровье. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010. Т.С. Яковлева Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы-конспекты занятий. - М.: Школьная пресса, 2007.
Дидактические игры	Одень куклу Полезное, бесполезное Хорошо-плохо
Наглядный материал	Плакаты, презентации, энциклопедии

4.4. Построение образовательного процесса

В целях обеспечения единства воспитательных, развивающих и обучающих задач на необходимом и достаточном материале с учетом интеграции образовательных областей образовательный процесс с детьми 3-7 лет строится на комплексно-тематическом принци-

пе. Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления. Цель введения основной темы периода — интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской деятельности по образовательным областям. Каждой теме уделяется одна неделя. Тема отражается в подборе упражнений, игр и наглядного материала, оформлении зала, тематике досуговой деятельности в области физической культуры.

4.4.1. Календарно – тематическое планирование образовательной деятельности

Календарно-тематический план для детей 5-6 лет на 2024-2025 учебный год:

месяц	неделя	тема	календарное событие	задачи
сентябрь	1	Детский сад		Через вовлечение детей в подвижные игры формировать чувство общности, значимости каждого ребенка для детского сада. Повторение прав (на игру, доброжелательное отношение, новые знания и т.д.) и обязанностей (самостоятельно одеваться, убирать игрушки т.д.)
	2	Я – человек. Семья		Расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о своей семье. Дать представление о мужских и женских видах спорта
	3	Русская народная игрушка	16.09 – Всероссийский день бега	Развитие ручной умелости через народные подвижные игры с предметами Формировать представление о значении бега в жизни человека
	4	Педагогическая диагностика. Одежда. Обувь. Головные уборы. Народные костюмы	27.09 – Всемирный день туризма	Определить уровень физической подготовленности детей. Формирование культурно-гигиенических навыков. Закреплять и расширять знания о спортивной форме и её значении в разных видах спорта Расширять представление о туризме как виде спорта и способе отдыха
октябрь	1	Педагогическая диагностика. Осень в литературе и искусстве	06.10 – Всемирный день ходьбы	Определить уровень физической подготовленности детей. Расширение представлений детей об осени через проведение подвижных игр на прогулке с использованием природного материала Расширять представления детей о значении ходьбы для здоровья человека, о ходьбе как виде активного досуга вида спорта.
	2	Дары осени		Формировать представления о полезной и вредной пище через проведение подвижных игр
	3	Хлеб всему голова		Расширять представления детей о значении продуктов питания для организма человека через тематические беседы и подвижные игры

	4	Всюду жизнь! Красная книга России.	26.10 – Всероссийский день гимнастики	Познакомить детей с животными, птицами, внесенными в Красную книгу России через проведение подвижных игр и подражательных упражнений Знакомить детей с гимнастикой как видом спорта
	5	Моя родина – Россия. Природа и климат		Формировать представления детей о развитии различных видов спорта в разных климатических зонах России
ноябрь	1	Мой город – СПб. Россия – многонациональная страна		Поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о событиях спортивной жизни страны, воспитание у детей чувства гордости за спортивные достижения России
	2	Дом, в котором я живу		Закреплять знания детей о своем микрорайоне через проведение целевых прогулок на школьный стадион, детские спортивные площадки
	3	Неделя безопасности по ПДД		Расширять представления о правилах поведения в городе, элементарных правилах дорожного движения, о профессиях (водитель, машинист, механик и т.д.), о видах транспорта и его назначении
	4	Покормите птиц зимой		Расширять представление о птицах, их повадках, зависимости от человека в зимнее время.
декабрь	1	Зима в литературе и искусстве	01.12 – День российского хоккея	Закреплять знания детей о зимних видах спорта, формировать умение действовать одной командой, выполнять действия сообща, стремиться к общему результату команды Знакомить детей с хоккеем как видом спорта
	2	Скоро – скоро Новый Год!	10.12 – Всемирный день футбола	Формирование эмоционально положительного отношения к празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Расширять представление о футболе как виде спорта и активного отдыха
	3	Новогодние сюрпризы		Продолжать знакомить обучающихся с зимними спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования.
	4	Чудеса, фокусы, эксперименты		Развитие самостоятельности, творчества, формирование выразительности и грациозности движений. Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
январь	2	Неделя народных зимних игр и забав		Знакомить детей с русскими народными зимними забавами Расширять представление о зимних видах спорта и активного отдыха

	3	Дикие животные Севера. Природа и климат	16.01 – День ле- довара	Познакомить детей с животными севера Рос- сии через проведение подвижных игр и подра- жательных упражнений. Знакомить детей с разнообразием видов спорта на ледяных площадках и сооружениях
	4	Блокада Ле- нинграда.		Формировать у детей интерес к истории своего города, воспитывать чувство гордости за по- двиги нашего народа в годы Великой отече- ственной войны, познакомить со спортсме- нами, пережившими блокаду Ленинграда
	5	Профессии		Рассказать детям о профессии учителя по фи- зической культуре, тренера. Формировать представления о значении физи- ческих качеств для представителей различных профессий
февраль	1	Хочу все знать	09.02 – День рождения во- лейбола	Формировать представления детей о функцио- нировании организма во время двигательной деятельности Знакомить детей с волейболом как видом спорта и активного отдыха
	2	Обитатели мо- рей и океанов	11.02 – День зимних видов спорта в России	Познакомить детей с животным миром морей и океанов через проведение подвижных игр и подражательных упражнений. Знакомить детей с разнообразием зимних ви- дов спорта
	3	Защитники Отечества.	23.02 – День за- щитника Отече- ства	Осуществлять гендерное воспитание (воспи- тывать в мальчиках стремление быть сильны- ми, стать защитниками Родины), знакомить детей с военной символикой российской ар- мии, с военными профессиями (морьяк, артил- лерист, связист и т.д.), с военной техникой. Воспитывать любовь к Родине.
	4	Традиции рус- ской семьи. Масляная не- деля.		Знакомить детей с русскими народными обы- чаями встречи весны через подвижные игры, игры с речевым сопровождением
март	1	Очень, очень я люблю маму милую свою		Воспитание бережного и чуткого отношения к самым близким людям. Расширение гендерных представлений (мужчины должны уважитель- но и бережно относиться к женщинам)
	2	Живое- неживое		Формирование представлений о взаимодей- ствии живой и неживой природы
	3	Весна в лите- ратуре и искус- стве		Расширение знаний детей о весенних измене- ниях в природе через подвижные игры, игры с речевым сопровождением, тематические ком- плексы ору
	4	Театральная неделя		Продолжать знакомить детей с устным народ- ным творчеством через народные подвижные игры с речевым сопровождением, выполнение физминуток под чтение потешек, занятия по сказкам

апрель	1	Неделя здоровья	06.04 – Международный день спорта на благо мира и развития 07.04 – всемирный день здоровья	Расширять представления детей о значении двигательной активности для физического и психического здоровья человека, его благополучия Формировать представление о значении спорта для укрепления мира на Земле и здоровья людей
	2	Космос		Знакомить детей с зарождением и развитием космонавтики. Совершенствование двигательных умений и навыков, развитие двигательных качеств в соревновательной деятельности
	3	Животные и птицы весной		Расширять представления детей о животных и птицах, живущих в Санкт-Петербурге и Ленинградской области через проведение подвижных игр и физминуток, имитационных игр
	4	Дикие животные жарких стран. Природа и климат		Познакомить детей с животными и птицами через проведение подвижных игр и подражательных упражнений.
	5	Педагогическая диагностика. Насекомые	30.04 – День пожарной охраны	Определить уровень физической подготовленности детей. Расширять представления детей о разнообразии насекомых через проведение подвижных игр и физкультминуток, имитационных игр Формировать основы противопожарной безопасности через проведение подвижных игр и эстафет
май	1	Педагогическая диагностика. День Победы!		Определить уровень физической подготовленности детей. Формировать у детей интерес к истории своей страны, воспитывать чувство гордости за подвиги нашего народа в годы Великой Отечественной войны, познакомить со спортсменами-героями ВОВ
	2	Комнатные растения		Формировать представление о значимости комнатных растений для человека через проведение подвижных игр и имитационных упражнений
	3	Реки и каналы Санкт-Петербурга.		Знакомить детей с реками, каналами и мостами СПб
	4	С днем рождения, Санкт-Петербург!		Формировать у детей интерес к истории спортивного Петербурга, знакомить со знаменитыми спортсменами нашего города.

июнь	1	Смена времен года. Лето! Неделя экологической безопасности	31.05 – День рождения велосипеда 03.06 – Всемирный день велосипеда	Закрепление знаний о правилах безопасного поведения в природе, воспитание бережного отношения к природе, развивать умение замечать красоту природы через проведение подвижных игр Формировать представление об использовании велосипеда в спорте и активном отдыхе
	2	Россия. Столица нашей Родины – Москва		Познакомить детей с основными спортивными объектами и сооружениями Москвы
	3	Лето в литературе и искусстве	19.06 – Всемирный день детского футбола	Закреплять знания детей о летних видах спорта, формировать представления о летних народных забавах и развлечениях на Руси Формировать представление о футболе как виде спорта и активного отдыха
	4	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!	23.06 – Международный Олимпийский день	Расширять представления детей о значении солнца, воздуха и воды на организм человека Расширять представления об Олимпийском движении
июль	1	Неделя безопасности.		Закреплять знания правил дорожного движения через проведение подвижных игр и тематических занятий
	2	Моя семья		Расширять представления о гендерных различиях в спорте
	3	Удивительный мир насекомых		Расширять представления детей о разнообразии насекомых через проведение подвижных игр и физкультминуток, имитационных игр
	4	По морям, по волнам.....		Расширять представления о видах спорта, связанных с водой
	5	Книжка неделя		Продолжать знакомить детей с устным народным творчеством через народные подвижные игры с речевым сопровождением, занятия по сказкам
август	1	Лес наше богатство		Закрепление знаний о правилах безопасного поведения в лесу, воспитание бережного отношения к природе леса, развивать умение замечать красоту природы через проведение подвижных игр
	2	Хочу все знать!		Формировать представления детей о функционировании организма во время двигательной деятельности, о влиянии нервной системы, о чередовании работы и отдыха
	3	Мы в славном городе живем		Продолжать знакомить детей с родным городом, историей развития летних и зимних видов спорта в Санкт-Петербурге
	4	Что нам лето подарило		Расширять знания о летних активных развлечениях, совершенствовать двигательные умения и навыки, развивать двигательные качества в соревновательной деятельности

4.4.2. Организованная образовательная деятельность по физической культуре

Организованная образовательная деятельность по физической культуре осуществляется в форме занятий 2 раза в неделю по 25 минут в зале и 1 раз в неделю на улице, в теплое время года – на улице.

Учебный план организованной образовательной деятельности по физической культуре в старшей группе на 2024-2025 учебный год представлен в таблице:

Непосредственно-образовательная деятельность	Кол-во часов в неделю	Количество занятий в год по месяцам										Итого в год
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	
Физическая культура в помещении	2	8	10	8	8	8	8	8	10	8	8	84
Физическая культура на прогулке	1	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	42
ИТОГО	3	15	15	12	12	9	12	15	12	15	12	126

Расписание занятий старшей группы № 3 представлено в таблице:

День недели				
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
	9.50-10.15	11.50-12.10 (улица)	9.35-10.10	

Расписание занятий старшей группы № 10 представлено в таблице:

День недели				
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
9.50-10.15	11.50-12.10 (улица)	10.20-10.45		

Расписание занятий старшей группы № 11 представлено в таблице:

День недели				
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
11.50-12.10 (улица)		9.35-10.10		9.50-10.15

4.4.3. Планирование культурно-досуговой деятельности

Физкультурный досуг проводится 1 раз в месяц в зале или на улице продолжительностью 25 минут. В 2024-2025 учебном году физкультурный досуг с детьми старшей группы № 3 проводится в 3-ю пятницу месяца с 16.30 до 16.55; с детьми старшей группы № 10 – в 3-ю пятницу месяца с 16.00 до 16.25, с детьми старшей группы № 11 – в 3-й четверг месяца с 16.30 до 16.55.

План досуговых мероприятий для детей 5-6 лет на 2024-2025 учебный год:

Тема	Название досуга	Месяц
«Русская народная игрушка»	«Эй, ухнем!»	сентябрь
«Хлеб всему голова»	«День хлеба»	октябрь
«Неделя без-опасности по ПДД» 01.12 Всероссийский день хоккея	«Я – сотрудник ГАИ»	ноябрь
«Новогодние сюрпризы»	«Нам мороз нипочем»	декабрь
«Блокада Ленинграда»	«Спортсмены блокадного города»	январь

«Защитники Отечества»	«Богатырская наша сила!»	февраль
«Весна в литературе и искусстве»	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	март
«Животные и птицы весной»	«Джунгли зовут»	апрель
«Реки и каналы СПб»	«Мы – спортсмены Петербурга»	май
«Лето в литературе и искусстве»	«Здравствуй, солнечное лето!»	июнь
«Удивительный мир насекомых»	«Путешествие в мир насекомых»	июль
«Мы в славном городе живем»	«Забавы на свежем воздухе»	август

4.5. Календарный план воспитательной работы

Физкультурно-массовая работа с детьми 5-6 лет проводится в целях пропаганды культуры досуга среди детей, формирования навыков здорового образа жизни ребенка, социализации обучающихся, формирования образа детского сада как территории здоровья, а также для решения задач физического воспитания.

мероприятие	сроки проведения	место проведения	ответственный за проведение
«День знаний. 1 сентября!» музыкально-физкультурное развлечение	2 сентября	Площадка дошкольного учреждения	муз руководитель, инструктор фк, воспитатели групп
Всероссийский день бега массовый забег на 1 стадий	16 сентября	Площадка дошкольного учреждения	инструктор фк, воспитатели групп
«День туризма» игра по станциям	27 сентября	Площадка дошкольного учреждения	муз руководитель, инструктор фк, воспитатели групп
«Зимняя Олимпиада» физкультурное развлечение	06-07 февраля	Площадка дошкольного учреждения	инструктор фк, воспитатели групп
«23 февраля. День защитника Отечества» физкультурно-музыкальный праздник	с 17 по 21 февраля	музыкальный зал дошкольного учреждения	муз руководитель, инструктор фк, воспитатели групп
«День пожарной безопасности» квест	30 апреля	Площадка дошкольного учреждения	муз руководитель, инструктор фк, воспитатели групп
«Папа, мама, я - спортивная семья» соревнования ко Дню семьи	15 мая	Площадка дошкольного учреждения	инструктор фк, воспитатели групп
«Спортивный калейдоскоп» физкультурный праздник	23 июня	Площадка дошкольного учреждения	муз руководитель, инструктор фк, воспитатели групп