



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 26 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
Протокол № 1
от 31 августа 2022 года

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 80А/22
от 31 августа 2022 года

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей)
воспитанников
Протокол № 1
от 31 августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

образовательной деятельности по физическому развитию обучающихся в группах общеразвивающей направленности (от 2 до 7 лет), реализующие Образовательную программу дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 26

Красногвардейского района

Санкт-Петербурга

на 2022-2023 учебный год

Инструктор по физической культуре:

1.	Ксенофонтова Наталья Степановна
----	---------------------------------

Санкт-Петербург
2022 год

Содержание

№ п/п	Содержание	Стр.
1.	Целевой раздел рабочей программы.....	3
1.1	Пояснительная записка.....	3
1.2.	Значимые характеристики для разработки и реализации рабочей программы.....	17
2	Содержательный раздел программы.....	22
2.1	Содержание образовательной работы с детьми..... Описание форм, способов, методов и средств реализации программы.....	22 22
2.2.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах).....	60
2.3	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	62
3.	Организационный раздел рабочей программы.....	65
3.1	Система физкультурно-оздоровительной работы.....	65
3.2	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию).....	66
3.3	Создание развивающей предметно- пространственной среды...	66
3.4	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.).....	69
	Приложение № 1 Календарно-тематический план реализации рабочей программы воспитания	72
	Приложение № 2. Особенности возраста детей 3-7 лет.....	92
	Приложение № 3. Исследовательский компонент Экспериментально-исследовательская деятельность дошкольников как средство приобщения их к занятиям физической культурой и спортом.....	98

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Актуальность программы

Современные статические данные свидетельствуют о ежегодном снижении уровня физического и психоэмоционального здоровья детей дошкольного возраста (Т.Э. Токарева). Основными причинами, оказывающими негативное влияние на здоровье дошкольника, является увеличение умственной нагрузки и уменьшение возможности для двигательного и эмоционального отдыха. Немаловажным является также низкий уровень знаний родителей о ребенке, его интересах, потребностях и возможностях. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

«Актуальной задачей физического воспитания, - является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях».

Рабочая Программа разработана на основе образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ д/с 26 Красногвардейского района Санкт-Петербурга и в соответствии с ФГОС ДО. В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребёнка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов, совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности и повседневной жизни детей.

В детском саду создаются благоприятные санитарно-гигиенические условия, режим дня, обеспечивается заботливый уход за каждым ребёнком на основе личностно-ориентированного подхода; организуется полноценное питание, ежедневное пребывание на свежем воздухе, систематически во все времена года проводятся утренняя гимнастика, закаливающие мероприятия.

Во всех возрастных группах большое внимание уделяется выработке у ребёнка правильной осанки.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребёнка, нацеливает на последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, лёгкой ходьбе, бегу. Умению прыгать с места и с разбега, содействует усвоению разных видов метания, лазания, движений с мячами, ходьбе на лыжах; развитию умения чётко, ритмично, в определённом темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного образа, а также под музыку.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.

Цель	<p>- реализация содержания основной программы в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.</p> <p>Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение <i>целей</i> формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <p>Освоение ими гигиенической культуры и культуры движений;</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Развитие потребности в активной двигательной деятельности;➤ Формирование интереса к двигательной деятельности;
-------------	--

- Получение удовольствия от игр, движений, упражнений;
- Своевременное овладение основными видами движений;
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх, и физических упражнениях активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

I. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).

- Общеразвивающие упражнения. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Упражнения в равновесии. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Броски, ловля, метание. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

II. Накопление и обогащение двигательного опыта детей:

- Овладение основными видами движений: ходьба, бег, ползание и лазание, прыжки. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Совершенствование и автоматизация основных видов движений. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Выполнение имитационных движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Выполнение упражнений на образное перевоплощение. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Выполнение статических поз. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Имитация движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

	<p><i>III. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Развивающие подвижные игры. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».) ➤ Подвижные игры с правилами и сигналами. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».) ➤ Ориентировка в пространстве. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».) ➤ Движение под музыку. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».) ➤ Танцевальные упражнения. (Направления образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки», «Приобщение к физической культуре».)
<p>Воспитательно-образовательные задачи</p>	<p><i>Образовательные задачи:</i> <i>Формирование жизненно необходимых умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями.</i> <i>Получение элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья.</i></p> <p><i>Воспитательные задачи:</i> <i>Воспитание потребностей в здоровом образе жизни.</i> <i>Формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.</i></p> <p><i>Оздоровительные задачи:</i> <i>Всестороннее физическое развитие и совершенствование функций организма.</i> <i>Повышение активности и общей работоспособности.</i></p> <p><i>Задачи состоят в следующем:</i></p>

1. Работа с детьми: построение модели приобщения детей к физической культуре и спорту, ценностям здорового образа жизни, формирование у них мотивов самосохранения, воспитание привычки заботиться о своем здоровье через все направления работы с детьми:

- Организация благоприятных условий для формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью;
- Обновление содержания учебно-воспитательного процесса дополнительными программами и инновационными здоровьесберегающими технологиями, ориентированными на развитие целостной, физически подготовленной, культурно-нравственной личности ребенка, формирование у него основ здоровья, физических свойств и качеств, соответствующих возрастным индивидуальным личностным особенностям и возможностям;
- Воспитание у детей чувства ответственности за свое здоровье, формирование целостного понимания здорового образа жизни;
- Использование в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности.

2. Работа с педагогами: повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива в вопросах физического развития и оздоровления детей:

- Реорганизация деятельности методической службы направленной на построение целостного педагогического процесса ДОУ и обеспечение качественной и эффективной поддержки педагогов в процессе освоения инноваций в области физического воспитания и оздоровления детей;
- Обеспечение использования в работе методической службы ДОУ эффективных форм организации;
- Обеспечение освоения программы физического развития и внедряемых технологий физического воспитания, и оздоровления;
- Создание условий для профессионально-творческого роста педагогов в дошкольном образовательном учреждении и проявления их активности.

	<p>3. <i>Работа с родителями:</i> осуществление преемственности ДООУ и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей, изучение и активизация педагогического потенциала семьи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка; разработка и внедрение инновационных форм и приемов работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни ➤ Систематизация деятельности через разработку перспективного планирования работы с родителями по формированию здорового образа жизни. <p>4. <i>Предметно-развивающая среда:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Организовать предметно-развивающую среду, стимулирующую развитие двигательной активности детей в разных видах деятельности. <p>Программа предусматривает решение программных задач в самостоятельной и совместной деятельности взрослого и детей, не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов.</p> <p>Основными приоритетными направлениями являются: концепция психологического возраста как этапа, стадии детского развития, характеризующегося своей структурой и динамикой, включающий в себя:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Качественно особые, специфические отношения между ребенком и взрослым (социальная ситуация развития); 2. Определенную иерархию видов деятельности и ведущий ее тип; 3. Основные психологические достижения ребенка, свидетельствующие о развитии его психики, сознания, личности.
<p>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников

Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

- соответствует *принципу развивающего образования*, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает *принципы научной обоснованности и практической применимости* (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики)
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает *единство воспитательных, развивающих и обучающих целей, и задач* процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- строится с учетом *принципа интеграции образовательных областей* в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и

		пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
	«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
	«Речевое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
	«Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
	<ul style="list-style-type: none"> • основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; • предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования; • предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. <p>Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.</p> <p>допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;</p>	

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой, связь физической культуры с жизнью;

- Принцип систематичности и последовательности
- Принцип наглядности и доступности
- Принцип индивидуализации
- Принцип оздоровительной направленности

В дошкольных учреждениях используются разнообразные способы обучения:

- Фронтальный - направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;
- Групповой-обеспечивает возможность самостоятельного упражнения в знакомых движениях небольшой группе детей или позволяет педагогу, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;
- Индивидуальный - позволяет каждому ребенку самостоятельно и успешно выполнять данное ему воспитателем задание.

Использование разнообразных способов обучения обеспечивает принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения, что способствует эффективному решению воспитательно-образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми. Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Программа строится на следующих методологических подходах:

- качественный подход (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка,
- генетический подход (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка,
- возрастной подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка,
- культурно-исторический подход (Л.С.Выготский) к развитию психики человека,

	<p>-личностный подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка;</p> <p>- деятельностный подход (А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец, В.В.Давыдов) к проблеме развития психики ребенка.</p>
<p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей 3-7 лет</p>	<p>У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. После года отмечаются прибавки массы тела на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.</p> <p>Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.</p> <p>В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше,</p>

чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д.

К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается станова́я сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, 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.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;

	<p>-стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;</p> <p>- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).</p> <p>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 6-7 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.</p> <p>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).</p> <p>Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. (Приложение 1.)</p>
<p>Основания разработки</p>	<p>Приоритетным направлением дошкольного учреждения является физическое и познавательно-речевое развитие детей инновационных образовательных технологий.</p>

<p>рабочей программы (документы программно-методические материалы)</p>	<p>и</p> <p>Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДОУ, возрастных особенностей детей, на основе основной общеобразовательной программой дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 26 Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.</p> <p>Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОО:</p> <p><u>Нормативная база осуществления Рабочей программы:</u></p>	
<p>Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»</p> <p>Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-фз "О внесении изменений в федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся"</p>	 	
<p>Письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 N СК-295/06 "Об использовании государственных символов Российской Федерации" (вместе с "Методическими рекомендациями "Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления")</p>		

	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МО и НРФ от 17.10.2013 № 1155);</p>	
	<p>Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ №26 Красногвардейского района г. Санкт - Петербург</p>	
	<p>«Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28)</p>	
	<p>СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению– безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (от 01.03.2021 г.)</p>	
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>Рабочая программа рассчитана на 1 год обучения с 01.09.2022 по 31.05. 2023 учебный год (Сентябрь 2022 – май 2023 года)</p>	

<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<p>Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):</p> <p>Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.</p> <p>Общие показатели физического развития.</p> <p>Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Двигательные умения и навыки. • Двигательно-экспрессивные способности и навыки. • Навыки здорового образа жизни.
--	---

1.2. Значимые характеристики для разработки и реализации рабочей программы

<p>Национально-культурные:</p>	<p>Поликультурное воспитание строится на основе изучения национальных традиций семей воспитанников группы. Дошкольники знакомятся с самобытностью русской и других национальных культур, представителями которых являются участники образовательного процесса.</p>
<p>Климатические:</p>	<p>Климатические условия Северо-Западного региона имеют свои особенности: Недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости. В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) удлиняется пребывание детей на прогулке. В теплое время – жизнедеятельность детей организуется на открытом воздухе.</p>

Демографические особенности:	<p>Этнический состав воспитанников группы многонационален, но основной контингент – дети из русскоязычных семей. Обучение и воспитание в группе осуществляется на русском языке. Весь контингент воспитанников проживает в условиях города.</p>
Экологические особенности:	<p>Основной экологической особенностью является городская среда Санкт-Петербурга, высокий уровень техногенного загрязнения, из-за огромного количества предприятий города. Такая экологическая обстановка влияет на здоровье всех жителей города.</p> <p>Экологическая обстановка в районе, где расположено ДОО характеризуется как удовлетворительная. В зоне ближайшего окружения расположен Полостровский парк. В образовательную программу детского сада включены оздоровительные мероприятия по снижению экологических рисков для здоровья детей: пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопия и нарушения осанки на занятиях по физической культуре, профилактика ОРВИ.</p>
Социальные особенности города:	<p>Семьи воспитанников, посещающих нашу группу, разнообразны. При планировании педагогического процесса учитываются интересы, жизненные приоритеты родителей, наличие старшего поколения (бабушек, дедушек), учитывается характер взаимоотношений ребенка и взрослых. Совместные проекты для всей семьи, включенные в образовательную программу, помогают родителям обогатить свой педагогический опыт, а дошкольному учреждению создать в своих стенах теплую, доброжелательную, семейную атмосферу.</p> <p>Организация образовательного процесса в группе способствует созданию равных условий воспитания детей дошкольного возраста.</p>

Организационные:	Направленность деятельности для успешного осуществления образовательного процесса: в сентябре детский сад работает в режиме адаптационного периода для вновь поступающих детей, работает по режиму, дающему возможность детям легче адаптироваться к новым условиям детского сада. В группе предусмотрены периоды для проведения педагогической диагностики (сентябрь, май).
Региональный компонент Санкт-Петербурга:	<p>Региональный компонент образовательной программы представлен парциальной программой «Первые шаги» (Петербурговедение для малышей от 3 до 7 лет) автор Алифанова Г.Т.</p> <p>Цель парциальной программы: воспитание современного, культурного маленького человека — жителя России, который любил бы свою страну, и тот город, в котором он живет.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воспитание любви к родному городу, гордости за свою причастность к нему(я -Петербуржец); 2. Развитие познавательного интереса к Санкт-Петербургу; 3. Формирование начальных знаний о родном городе. <p>Основные принципы построения программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ принцип полноты: содержание программы должно быть реализовано по всем разделам;

- ✓ принцип системности: работа должна проводиться в системе, целый учебный год при гибком распределении содержания программы в течение дня;
- ✓ принцип постепенного расширения знаний детей о городе;
- ✓ принцип возрастной адресности;
- ✓ принцип интеграции: содержание программы реализуется как в процессе регламентированной деятельности (по изобразительной, театрализованной деятельности, по ознакомлению с окружающим миром, по экологическому воспитанию), а также нерегламентированных видов деятельности и отдельных режимных моментов;
- ✓ принцип координации деятельности педагогов;
- ✓ принцип преемственности взаимодействия с ребенком в условиях дошкольного учреждения и семьи.

Для формирования предпосылок финансовой грамотности дошкольников в образовательную программу включена парциальная программа А.Д.Шатовой, Ю.А.Аксёновой, И.Л.Кириллова и др. «Экономическое воспитание дошкольника:

формирование предпосылок финансовой грамотности», 2018, рассчитанная на работу с старшими дошкольниками.

Цель парциальной программы: формирование основ финансовой грамотности у детей 5-7 лет.

Задачи программы:

1. Формирование у детей понимания ценности окружающего предметного мира(мир вещей, как результат труда людей);

2. Воспитание уважительного отношения к людям, умеющим трудиться и честно зарабатывать деньги;
 3. Создание условий для осознания взаимосвязи понятий «труд — продукт — деньги» и «стоимость продукта в зависимости от его качества», видеть красоту человеческого творения;
 4. Развитие таких качеств, как: бережливость, рациональность, экономность, трудолюбие и вместе с тем — щедрость, благородство, честность, отзывчивость, сочувствие;
 5. Формирование умения рационально оценивать способы и средства выполнения желаний, корректировать собственные потребности, выстраивать их иерархию и временную перспективу реализации;
 6. Ориентация на применение полученных умений и навыков в реальных жизненных ситуациях.
- Основные принципы построения программы:
- ✓ принцип научности: раскрытие причинно-следственных связей между предметами, явлениями, процессами, событиями, а также обязательное включение в содержание образования только актуальной и современной информации;
 - ✓ принцип доступности: отбор учебных материалов, который отражает соответствие содержания образовательного процесса реальным возрастным, физическим, интеллектуальным способностям детей;
 - ✓ принцип оптимальности: соответствие функционирования процесса воспитания, его содержания, методов, форм и средств педагогического воздействия целям всестороннего гармоничного развития личности.

2. Содержательный раздел рабочей программы

Планируемые результаты

Младшая группа:

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

Требования к физической подготовленности детей 3-4 лет (программный минимум)

Содержание работы			
<i>Упражнения в основных движениях</i>			
<i>Упражнения в ходьбе.</i>	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<i>Упражнения в беге.</i>	<i>Упражнения в катании, бросании, ловле, метании.</i>
1. Ходьба обычным шагом, ходьба на носках, на месте с высоким подниманием бедра. 2. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных	Ходьба между линиями, шнурами, по доске, положенной на пол (длина 2-3 м, ширина 20 см). Ходьба с перешагиванием через предметы высота 10-15	Бегать в колонне по одному, соблюдая интервал, «стайкой», в рассыпную, парами. Бегать по прямой и «змейкой», между предметами, не задевая их. Бег с ускорением и	Прокатывание мяча друг другу двумя руками (расстояние 1,5 м) под дуги (ширина 50-60 см). Прокатывать мяч между предметами. Бросать мяч о землю и вверх 2-3 раза подряд, стараясь поймать его. Ловить

<p>направлениях (врассыпную), по кругу, не держась за руки.</p> <p>3. Ходить, выполняя задания воспитателя: с остановкой, приседанием, поворотом, обходя предметы, «змейкой», с изменением темпа.</p>	<p>см); по ребристой доске. Перешагивать через рейки лестницы, положенной на пол; наступать на них. Ходьба по наклонной доске (ширина 30-35 см), приподнятой на 20 см. Во время бега по сигналу быстро останавливаться (приседать), бежать дальше.</p>	<p>замедлением (с изменением темпа); бегать на скорость (15-20 м). Бегать в медленном темпе.</p> <p>Пробегать небольшими группами с одного края площадки на другой, по прямой и извилистой дорожке (ширина 20 см, длина 3 м). Убегать от ловящего, догонять убегающего. Бегать в разных направлениях, по сигналу бежать в условленное место.</p>	<p>мяч, брошенный взрослым (расстояние 70-100 см). Метать предметы в горизонтальную цель (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (расстояние 1-1,5 м). Метать предметы на дальность (не менее 2,5 м). Метать мяч двумя руками снизу, от груди, двумя руками из-за головы, правой и левой рукой.</p>
<p><i>Упражнения в ползании и лазанье.</i></p>	<p><i>Упражнения в прыжках.</i></p>	<p><i>Построения и перестроения.</i></p>	<p><i>Музыкально-ритмические упражнения</i></p>
<p>Ползать на четвереньках по прямой (расстояние 3-6 м), «змейкой» между расставленными предметами (4-5 предметов), по наклонной доске. Подлезать под скамейку прямо и боком, под дуги (высота 40 см). Перелезть через бревно.</p>	<p>Энергично подпрыгивать на месте; подпрыгивать вверх, доставая предмет, подвешенный выше поднятых рук ребенка. Перепрыгивать через 4–6 параллельных линий (расстояние между ними 25–30 см); из круга в круг, вокруг предметов и</p>	<p>Подниматься на носки. Выставлять ногу на носок вперед, назад, в сторону. Делать 2–3 полуприседания подряд. Приседать, вынося руки вперед, опираясь руками о колени, обхватывая колени руками и пригибая голову. Поочередно поднимать ноги, согнутые в</p>	<p>Стоя, сидя, ноги на ширине плеч, лежа, стоя на коленях.</p>

<p>Лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке удобным способом (высота 1,5 м).</p>	<p>между ними. Прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед (2–3 м). Прыгать в длину с места не менее чем до 50 см. Перепрыгивать через невысокие (высота 5 см) предметы (линия, шнур, брус). Спрыгивать с высоты 20-25 см.</p>	<p>колених; делать под согнутой в колене ногой хлопок. Сидя захватывать ступнями мешочки с песком. Передвигаться по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставными шагами в сторону, опираясь серединой ступни.</p>	
<p>Общеразвивающие упражнения</p>			
<p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i></p>	<p><i>Упражнения для туловища.</i></p>	<p><i>Упражнения для ног.</i></p>	<p><i>Исходные положения</i></p>
<p>Положение и движение головы: вверх, вниз, повороты направо, налево (3-4 раза). Положения и движения рук одновременные и однонаправленные: вперед-назад, вверх, в стороны (5-6 раз). Ставить руки на пояс. Поднимать руки вверх через стороны, опускать</p>	<p>Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Поворачиваться вправо, влево, поднимая руки вперед. Сидя повернуться и положить предмет сзади себя, повернуться, взять предмет. В упоре сидя подтягивать обе ноги, обхватив колени руками; приподнимать по</p>	<p>Подниматься на носки. Выставлять ногу на носок вперед, назад, в сторону. Делать 2–3 полуприседания подряд. Приседать, вынося руки вперед, опираясь руками о колени, обхватывая колени руками и пригибая голову. Поочередно поднимать ноги, согнутые в колених; делать под согнутой в колене ногой хлопок. Сидя</p>	<p>Стоя, сидя, ноги на ширине плеч, лежа, стоя на колених.</p>

<p>поочередно сначала одну, потом другую руку, обе руки вместе. Перекладывать предмет из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Делать хлопок перед собой и прятать руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.</p>	<p>очереди ноги и класть их одну на другую (правую на левую и наоборот). Упражнения выполняются также с различными предметами (кеглями, мячами, косичками и т. п.) из разных исходных положений. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги вверх, опускать; двигать ногами, как при езде на велосипеде. Лежа на животе, сгибать и разгибать ноги (по одной и вместе). Поворачиваться со спины на живот и обратно. Лежа на животе, прогибаться и приподнимать плечи, разводя руки в стороны.</p>	<p>захватывать ступнями мешочки с песком. Передвигаться по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставными шагами в сторону, опираясь серединой ступни.</p>	
<p>Спортивные упражнения</p>			
<p><i>Катание на санках</i></p>	<p><i>Скольжение.</i></p>	<p><i>Катание на самокате</i></p>	<p><i>Катание на велосипеде.</i></p>

Кататься на санках с невысокой горки; катать друг друга по ровной поверхности.	Скользить по ледяным дорожкам с помощью взрослых.	Кататься отталкиваясь левой и правой ногами по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.	Садиться на велосипед, сходить с него. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.	
Подвижные игры				
<i>Игры с бегом</i>	<i>Игры с прыжками</i>	<i>Игры с подлезанием и лазаньем</i>	<i>Игры с бросанием и ловлей:</i>	<i>Игры на ориентировку в пространстве</i>
«Бегите ко мне», «Птичка и птенчик», «Кот и мышки», «Бегите к флажку», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках», «Солнышко и дождик», «Пузырь».	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку», «Лягушки», «Зайка».	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки».	«Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет», «Догони мяч».	«Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».
Планируемые результаты Средняя группа: <ul style="list-style-type: none"> • Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; • Воспитание культурно-гигиенических навыков; • Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни; • Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); • Накопление и обогащение двигательного опыта детей; 				

<ul style="list-style-type: none"> • Овладение основными видами движения; • Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. 			
Требования к физической подготовленности детей 4-5 лет (программный минимум)			
Содержание работы			
Упражнения в основных видах движений			
<i>Упражнения в ходьбе.</i>	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<i>Упражнения в беге.</i>	<i>Упражнения в катании, бросании, ловле, метании.</i>
Ходить обычным шагом, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, в полуприседе, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т.д.). Ходить с перешагиванием через предметы (высота 15–20 см), по наклонной доске (высота 30 см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35–40 см, ширина 30 см). Ходить спиной вперед (расстояние 2–3 м), со сменой темпа, «змейкой». Ходьба приставным шагом, по	Ходить между линиями (расстояние между ними 10–15 см), по линии, веревке (диаметром 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (высота 20–25 см, ширина 10 см), по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см), с мешочком на голове. Сохранять равновесие, стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе; в кружении в обе стороны, руки на поясе.	Бегать на носках, мелким и широким шагом, в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30–90 см), с высоким подниманием колен; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость 15–20 м (2–3 раза), в «медленном» темпе (до 2 мин.), со средней скоростью 40–60 м (3–4 раза);	Прокатывать мяч, обруч между предметами (расстояние 40–50 см), прокатывать мяч из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (3–4 раза подряд). Бросать мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы и ловить его (расстояние 1,5 м). Отбивать мяч о землю правой и левой руками (не менее 5 раз подряд). Метать предметы на дальность (расстояние не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2–2,5 м) правой, левой руками, в вертикальную цель (высота

шнуру и по бревну (высота 20-25 см, ширина 10 см).		челночный бег (3 раза по 10 метров).	центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.
<i>Упражнения в ползании и лазанье.</i>	<i>Упражнения в прыжках.</i>	<i>Построения и перестроения.</i>	<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>
Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях, хлопки руками над головой, за спиной.	Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног, наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.	Поочередно поднимать прямую, согнутую ногу вперед, в сторону, назад; делать приседания, полуприседания без опоры, с разным положением рук. Удерживать ноги под углом одновременно и поочередно в положениях сидя, лежа; сгибать, разгибать, разводить, сводить пальцы ног; оттягивать носки, сгибать стопы, вращать стопами. Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами.	Стоя, стоя на левом, правом колене, сидя (ноги вперед, врозь, на пятках, лежа (на спине, на животе).
Спортивные упражнения			
<i>Катание на санках</i>	<i>Скольжение.</i>	Катание на самокате	<i>Катание на велосипеде.</i>

Кататься на санках с невысокой горки; катать друга по ровной поверхности.	Скользить по ледяным дорожкам с помощью взрослых.	Кататься отталкиваясь левой и правой ногами по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.	Садиться на велосипед, сходить с него. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.	
Подвижные игры				
<i>Игры с бегом</i>	<i>Игры с прыжками</i>	<i>Игры с подлезанием и лазаньем</i>	<i>Игры с бросанием и ловлей:</i>	<i>Игры на ориентировку в пространстве</i>
«Бегите ко мне», «Птичка и птенчик», «Кот и мышки», «Бегите к флажку», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках», «Солнышко и дождик», «Пузырь».	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку», «Лягушки», «Зайка».	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки».	«Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет», «Догони мяч».	«Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».
Планируемые результаты				
Средняя группа:				
<ul style="list-style-type: none"> • Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; • Воспитание культурно-гигиенических навыков; • Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни; 				

<ul style="list-style-type: none"> • Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); • Накопление и обогащение двигательного опыта детей; • Овладение основными видами движения; • Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. 			
Требования к физической подготовленности детей 4-5 лет (программный минимум)			
Содержание работы			
Упражнения в основных видах движений			
<i>Упражнения в ходьбе.</i>	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<i>Упражнения в беге.</i>	<i>Упражнения в катании, бросании, ловле, метании.</i>
Ходить обычным шагом, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, в полуприседе, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т.д.). Ходить с перешагиванием через предметы (высота 15–20 см), по наклонной доске (высота 30 см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35–40 см, ширина 30 см). Ходить спиной вперед (расстояние 2–3 м), со сменой темпа, «змейкой».	Ходить между линиями (расстояние между ними 10–15 см), по линии, веревке (диаметром 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (высота 20–25 см, ширина 10 см), по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см), с мешочком на голове. Сохранять равновесие, стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе; в кружении в обе стороны, руки на поясе.	Бегать на носках, мелким и широким шагом, в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30–90 см), с высоким подниманием колен; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость 15–20 м (2–3 раза), в «медленном» темпе (до 2 мин.), со	Прокатывать мяч, обруч между предметами (расстояние 40–50 см), прокатывать мяч из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (3–4 раза подряд). Бросать мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы и ловить его (расстояние 1,5 м). Отбивать мяч о землю правой и левой руками (не менее 5 раз подряд). Метать предметы на дальность (расстояние не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2–2,5 м) правой, левой руками, в

<p>Ходьба приставным шагом, по шнуру и по бревну (высота 20-25 см, ширина 10 см).</p>		<p>средней скоростью 40–60 м (3–4 раза); челночный бег (3 раза по 10 метров).</p>	<p>вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.</p>
<p><i>Упражнения в ползании и лазанье.</i></p>	<p><i>Упражнения в прыжках.</i></p>	<p><i>Построения и перестроения.</i></p>	<p><i>Музыкально-ритмические упражнения</i></p>
<p>Ползать на четвереньках (расстояние 10 м) между предметами, прокатывая мяч с поворотами кругом; ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках; подлезать под препятствия прямо и боком, пролезать между рейками лестницы, поставленной боком; лазать с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазать по гимнастической стенке (высота 2 м), перелезть с одного пролета на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередуя шагом.</p>	<p>Прыгать на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 3-4 м), с поворотом кругом, прыгать: ноги вместе – ноги врозь; с хлопками над головой и за спиной, на одной ноге (правой и левой); вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево). Прыгать вверх с места, касаясь предмета, подвешенного выше поднятых рук ребенка. Прыжки с высоты 25 см, прыгать в длину с места 50-70 см. Прыгать с короткой скакалкой.</p>	<p>Строиться в колонну по одному по росту, в шеренгу, круг. Перестраиваться из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; равняться по ориентирам. Перестроение в звенья на ходу. Поворачиваться направо, налево и кругом на месте и переступанием, размыкаться и смыкаться на вытянутые руки.</p>	<p>Движение парами по кругу в танцах и хороводах; кружение по одному и парами; «пружинки», подскоки на месте, прямой галоп; постановка ноги на носок, на пятку.</p>
<p>Общеразвивающие упражнения</p>			

<i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i>	<i>Упражнения для туловища.</i>	<i>Упражнения для ног.</i>	<i>Исходные положения</i>
Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях, хлопки руками над головой, за спиной.	Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног, наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.	Поочередно поднимать прямую, согнутую ногу вперед, в сторону, назад; делать приседания, полуприседания без опоры, с разным положением рук. Удерживать ноги под углом одновременно и поочередно в положениях сидя, лежа; сгибать, разгибать, разводить, сводить пальцы ног; оттягивать носки, сгибать стопы, вращать стопами. Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами.	Стоя, стоя на левом, правом колене, сидя (ноги вперед, врозь, на пятках, лежа (на спине, на животе).
Спортивные упражнения			
<i>Катание на санках.</i>	<i>Скольжение.</i>	<i>Катание на самокате.</i>	<i>Катание на велосипеде</i>
Катать вдвоем одного ребенка; скатываться на	Скользить по короткой наклонной ледяной	Кататься отталкиваясь левой и правой ногами	Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по

санках с горки, подниматься на горку, везя за собой санки; тормозить при спуске с нее.	дорожке с помощью взрослого; скользить по горизонтальной ледяной дорожке на двух ногах самостоятельно, оттолкнувшись с места и после короткого разбега (3–5 шагов).	по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.	прямой, по кругу, «змейкой». Выполнять повороты направо и налево.	
Подвижные игры				
<i>Игры с бегом</i>	<i>Игры с прыжками</i>	<i>Игры с подлезанием и лазаньем</i>	<i>Игры с бросанием и ловлей:</i>	<i>Игры на ориентировку в пространстве</i>
«Цветные автомобили», «Самолеты», «У медведя во бору», «Птички и кошка», «Лохматый пес», «Найди себе пару», «Бездомный заяц», «Ловишки», «Огуречик», «Карусель», «Мы - веселые ребята», «Совушка», «Кто быстрее добежит до флажка», «Ловишки», «Ловишки с ленточкой»	«По дорожке на одной ножке», «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Лягушки».	«Котята и щенята», «Перелет птиц», «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Пастух и стадо», «Кролики», «Не опоздай», «Не задень».	«Мяч через сетку», «Подбрось-поймай», «Сбей булаву», «Кегли», «Кольцеброс», «Попади в ворота».	««Найди свое место», «Найди и промолчи», «Прятки», «Найди, где спрятано». Народные подвижные игры. «Дорожки», «Змейка», «Лошадки», «Заря», «Стрекозы».
Планируемые результаты				

Старшая группа:

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

**Требования к физической подготовленности детей 5-6 лет
(программный минимум)**

Содержание работы

Упражнения в основных видах движений

<i>Упражнения в ходьбе.</i>	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<i>Упражнения в беге.</i>	<i>Упражнения в катании, бросании, ловле, метании.</i>
Ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, в полуприседе, с задержкой на носке («петушиный шаг»), с заданиями для рук (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3-4м).	Ходить по наклонной доске (высотой 35-40, шириной 20 см) прямо и боком, на носках. Ходить по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, с различными движениями рук, остановками.	Бегать на носках, с высоким подниманием колен, забрасывая голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелкими и широкими шагами, в колонне по одному и по два, по прямой и наклонной поверхности.	Прокатывать мяч одной и двумя руками из разных исходных положений, между предметами (ширина 40-30 см, длина 3-4 м). Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой – 4-6 раз подряд.

<p>Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20-25 см), скрестным шагом, гимнастическим шагом, выпадами, спиной вперед, приставным шагом с приседанием, шаг на всей ступне на месте, перекатом с пятки на носок, ходить с выполнением движений руками, в сочетании с остановками, бегом, заданиями воспитателя, в различных направлениях, меняя длину шага, темп ходьбы.</p>	<p>Ходьба по шнуру (8-10 м), по бревну (высотой 25-30 см), шириной 10см) прямо и боком, с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (3-4 м). Ходить по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине.</p>	<p>Бегать с перешагиванием через предметы и между ними, со сменой темпа движения. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бегать непрерывно в течение 1,5-2 минут в медленном темпе. Челночный бег 3-раза по 10 м. Бег в быстром темпе 10 м (3-4 раза), 20-30 м (2-3 раза). Бегать на скорость: 30 м примерно за 7,2–6,4 секунды к концу года.</p>	<p>Отбивать мяч об пол, о землю на месте не менее 10 раз подряд и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывать мяч друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метать мячи, мешочки с песком в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3–5 м. Метать вдаль правой и левой рукой на расстояние не менее 5,0–9.0 м.</p>
<p><i>Упражнения в ползании и лазанье.</i></p>	<p><i>Упражнения в прыжках.</i></p>	<p><i>Построения и перестроения.</i></p>	<p><i>Музыкально-ритмические упражнения</i></p>
<p>Ползать на животе по гимнастической скамейке подтягиваясь руками. Ползать на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Передвигаться вперед с</p>	<p>Прыгать разными способами на месте: ноги скрестно - ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4–5 м. Прыгать через 5–6 предметов на</p>	<p>Строиться в колонну по одному, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Перестраиваться в 2-3 звена.</p>	<p>Аэробика</p>

<p>помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползать и перелезть через предметы (скамейки, бревна). Подлезать под дуги, веревки (высотой 40–50 см). Лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа.</p> <p>Лазать по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног.</p> <p>Лазать по веревочной лестнице, канату свободным способом.</p>	<p>двух ногах (высота 15–20 см), впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивать до предметов, подвешенных на 15–20 см выше поднятой руки. Прыгать в длину с места (80–90 см), в высоту (30–40 см) с разбега 6–8 м; в длину (на 130–150 см) с разбега 8 м. Прыгать в глубину (с пенька, бревна, кубов с высоты 30–40 см) в указанное место.</p> <p>Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p>	<p>Перестраиваться из одной колонны в две на месте, на ходу, из одной шеренги в две, из одного круга – в два.</p> <p>Поворачиваться на месте налево, направо переступанием и в движении – на углах.</p> <p>Размыкаться в колонне на вытянутые руки вперед; в шеренге и в круге – на вытянутые руки в стороны.</p>	
Общеразвивающие упражнения			
<p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i></p>	<p><i>Упражнения для туловища.</i></p>	<p><i>Упражнения для ног.</i></p>	<p><i>Положения и движения головы</i></p>
<p>Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны</p>	<p>Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам;</p>	<p>Приседать до 40 раз. Переступать на месте, не отрывая от опоры носки ног. Поднимать</p>	<p><i>Вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (4-5 раз).</i></p>

<p>ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки вверх -назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать плечи. Поднимать и опускать кисти, сжимать и разжимать пальцы, вращение кистей рук (8-10 раз).</p>	<p>наклониться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении. Садиться из положения лежа на спине и снова ложиться. Наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поочередно отводить ноги в сторону из упора присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения, лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).</p>	<p>прямые ноги махом вперед-назад, держась за опору; выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Подскоки на месте – 40x3=120.</p>	
<p>Спортивные упражнения</p>			
<p><i>Катание на санках.</i></p>	<p><i>Скольжение</i></p>	<p><i>Катание на самокате</i></p>	<p><i>Катание на велосипеде.</i></p>
<p>Катать друг друга по ровному месту, кататься с горки по одному и парами. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет.</p>	<p>Скользить после разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, с поворотами.</p>	<p>Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногами, по прямой, по кругу, с поворотами; тормозить и останавливаться в</p>	<p>Кататься на двухколесном велосипеде самостоятельно по прямой, по кругу, выполнять повороты налево и направо, тормозить.</p>

		обозначенном месте по сигналу.		
Подвижные игры				
<i>Игры с бегом</i>	<i>Игры с прыжками</i>	<i>Игры с ползанием и лазаньем</i>	<i>Игры с бросанием и ловлей:</i>	<i>Игры с элементами соревнования</i>
«Мы – веселые ребята», «Парный бег», «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Караси и щука», «Хитрая лиса», «Совушка», «Два Мороза», «Бездомный заяц», «День и ночь», «Снежная карусель», «Ловишки», «Ловишки с ленточками», «Ловишки-перебежки»	«Удочка», «С кочки на кочку», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Классики», «Не попадись!», «Не оставайся на полу», «Чехарда».	«Медведь и пчелы», «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Пожарные на учении», «Переправа».	«Охотники и зайцы», «Мяч водящему», «Охотник и звери», «Ловишка с мячом», «Школа мяча». <i>Игры-эстафеты.</i> «Эстафета парами», «Дорожка препятстви й», «Забрось мяч в	«Кто быстрее?», «Кто выше?», «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?». <i>Народные подвижные игры</i> «Гори, гори ясно!», «Платок», «Много троих, хватит двоих», «Дедушка-рожок»,

			кольцо», «Веселые соревнован ия».	«Краски», «Колечко», «Веселый садовник».
Игры с элементами спорта				
<i>Городки.</i>	<i>Баскетбол</i>	<i>Бадминтон.</i>	<i>Футбол.</i>	
Знать 3- фигуры, пользоваться для выбивания городков с линии кона (5-6 м) и полукона (2-3 м) метанием биты с боку.	Перебрасывать мяч друг другу от груди, передавать мяч в движении с отскоком от пола, ловить летящий мяч Вести мяч правой и левой рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях с резкой остановкой, забрасывать его в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам.	Правильно держать ракетку, перебрасывать волан в сторону партнера без сетки и через нее. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.	Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, обводить мяч между и вокруг предметов. Передавать мяч ногой друг другу (3-5 м). Отбивать мяч о стенку правой и левой ногами стоя на месте. Игра по упрощенным правилам.	
Планируемые результаты				
Подготовительная группа:				
<ul style="list-style-type: none"> • Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; • Воспитание культурно-гигиенических навыков; • Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни; • Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); • Накопление и обогащение двигательного опыта детей; 				

<ul style="list-style-type: none"> • Овладение основными видами движения; • Сформированность у воспитанников 			
Требования к физической подготовленности детей 6-7 лет (программный минимум)			
Содержание работы			
Упражнения в основных видах движений			
<i>Упражнения в ходьбе.</i>	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<i>Упражнения в беге.</i>	<i>Упражнения в бросании, ловле, метании.</i>
<p>Ходить обычным шагом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, в полуприседе, скрестным шагом, гимнастическим шагом, выпадами, спиной вперед, приставным шагом, перекатом с пятки на носок, ходить с выполнением движений руками, в сочетании с остановками, бегом, заданиями воспитателя, в различных направлениях, меняя длину шага, темп ходьбы.</p> <p>Ходить в разных построениях: в колонне по одному, парами, четверками, в круге,</p>	<p>Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом, неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке: Остановиться по середине и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше;</p>	<p>Бегать легко, стремительно.</p> <p>Бегать сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед, выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия – барьеры, набивные мячи (высотой 10-15см), не задевая за них, сохраняя скорость бега.</p> <p>Бегать спиной вперед, сохраняя направление.</p> <p>Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну.</p> <p>Бегать из разных стартовых положений</p>	<p>Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20 раз, одной рукой – не менее 10 раз подряд, с хлопками, с поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мячи друг другу из разных исходных положений (расстояние 3-4 м), через сетку, из положения сидя «по-турецки»; перебрасывать набивные мячи весом 1кг.</p> <p>Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.).</p> <p>Метать в горизонтальную и вертикальную цель с</p>

<p>в шеренге.</p>	<p>перепрыгнуть ленточку и пройти дальше. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на неё; прыгать продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, остановиться, сделать фигуру.</p>	<p>(сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т.п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и т.п., С преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2-3 минут. Пробегать 2-4 отрезка по 100-150м в чередовании с ходьбой. Пробегать по пересеченной местности до 300м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10м 3-4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость – 30м.</p>	<p>расстояния 4-5 м; в движущуюся цель. Отбивать мяч об пол, о землю на месте и с продвижением вперед (6–8 раз). Метать вдаль правой и левой рукой на расстояние не менее 6.0 – 12.0 м.</p>
-------------------	---	--	---

<i>Упражнения в ползании и лазанье.</i>	<i>Упражнения в прыжках.</i>	<i>Построения и перестроения.</i>	<i>Танцевальные упражнения</i>
<p>Ползать на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Ползать на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке.</p> <p>Ползать по бревну; проползать под гимнастической скамейкой; под несколькими препятствиями подряд.</p> <p>Перелезть через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны.</p> <p>Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Влезть на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную</p>	<p>Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево; сериями по 30-40 прыжков 3-4 раз; попеременно на правой и левой ноге 4–5 м. Прыгать через 5–6 предметов на двух ногах (высота 15–20 см), впрыгивать с разбега в три шага на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 40 см), спрыгивать с них.</p> <p>Прыгать, продвигаясь вперед на 5-6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, набивным мячом.</p> <p>Выпрыгивать вверх из глубокого приседа.</p> <p>Подпрыгивать до предметов, подвешенных на 25–30 см выше поднятой</p>	<p>Строиться в колонну по одному, парами, в круг, несколько колонн, кругов. Перестраиваться из одной колонны в несколько на месте, на ходу, из одной шеренги в две, из одного круга – в два. Поворачиваться на месте налево, направо на пятке и в движении – на углах.</p> <p>Равнение в колонне; в шеренге и в круге – на глаз.</p> <p>Рассчитываться на «первый–второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две.</p> <p>При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами.</p> <p>Останавливаться после</p>	<p>Аэробика</p>

<p>координацию движений рук и ног.</p> <p>Лазать по веревочной лестнице, канату, захватывая канат ступнями ног и висая в положении сто; выпрямлять ноги, захватив канат ступнями ног, одновременно сгибать руки; перехватывать канат руками вверх до их выпрямления (ноги выпрямлены); влезать на канат на доступную высоту.</p>	<p>руки. Прыгать в длину с места (110-130см), в высоту с разбега (не менее 50 см); с разбега в длину (на 170–180 см). Бегать со скакалкой.</p> <p>Прыжки через длинную скакалку, пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку, перепрыгивать через нее несколько раз и выбегать, пробегать под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>Пробегать через большой обруч, как через скакалку.</p>	<p>ходьбы одновременно.</p> <p>всем</p>	
--	--	---	--

Общеразвивающие упражнения		
<i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i>	<i>Упражнения для туловища.</i>	<i>Упражнения для ног.</i>
Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки в положении стоя, пятки	Поднимать и опускать голову, поворачивать ее в стороны.	Переступать на месте, не отрывая от опоры носки ног.

<p>вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене.</p> <p>Поднимать руки вверх, в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам.</p> <p>Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью.</p> <p>Делать круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Совершать руками разнонаправленные движения.</p> <p>Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки пред собой и сбоку.</p>	<p>Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам; наклониться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2-3 раза, держа руки в стороны. Стоя, вращать верхнюю часть туловища.</p> <p>В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади.</p> <p>Садиться из положения лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета.</p> <p>Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя ногу назад (носок упирается о пол). Пробовать присесть и встать на одной ноге. Лежа на спине, группироваться и покачиваться в этом положении; перекачиваться в положении группировки на бок. Пытаться делать кувырок с поддержкой. Подтягиваться на руках,</p>	<p>Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу 2-3 раза подряд (пружинисто).</p> <p>Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не поднимаясь). Делать выпад вперед, в сторону. Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутой вперед руки (одноименной и противоположной). Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась за рейку, лестницу, спинку стула.</p> <p>Захватывать палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу.</p>
---	--	--

	<p>помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине. Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди. Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке и захватившись за ее рейку руками как можно выше над головой; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене; поочередно поднимать прямые ноги; на короткий момент оторвать от опоры сразу обе ноги.</p>	
--	---	--

Спортивные упражнения				
<i>Катание на санках.</i>	<i>Скольжение.</i>	<i>Ходьба на лыжах.</i>	<i>Катание на велосипеде.</i>	<i>Катание на самокате.</i>
<p>Катать друг друга, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске. Поднимать во время спуска с горки заранее положенный предмет (кегли, флажок, снежок). Выполнять разнообразные игровые</p>	<p>Скользить после разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скользить с невысокой горки.</p>	<p>Передвигаться переменным шагом по лыжне друг за другом, заложив руки за спину. Проходить на лыжах не менее 600 м в среднем темпе, 2—3 км в спокойном темпе. Делать поворот переступанием в движении. Подниматься на горку «лесенкой», «елочкой».</p>	<p>Кататься на Двухколесном Велосипеде самостоятельно по прямой, по кругу, «змейкой», выполнять Повороты налево и направо, тормозить. Управлять велосипедом одной рукой (правой или левой), сигнализируя при этом другой</p>	<p>Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногами, по прямой, по кругу, с поворотами; тормозить и останавливаться</p>

задания: проехать в «воротики»; попасть снежком в цель; поворачиваться и др. Игры-эстафеты.		Спускаться с горки в низкой и высокой стойке; уметь тормозить. Участвовать в играх на лыжах: Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.	(игры: «Достань до предмета», «Правила дородного движения»).	я в обозначенном месте по сигналу.
--	--	---	--	------------------------------------

Подвижные игры

<i>Игры с бегом</i>	<i>Игры с прыжками</i>	<i>Игры с подлезанием и лазаньем</i>	<i>Игры с бросанием и ловлей:</i>	<i>Игры с элементами соревнования</i>
«Быстро возьми - быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишки с ленточками», «Жмурки», «Чье звено скорее соберется», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Догони свою пару», «Мы – веселые ребята», «Парный бег», «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Караси и щука», «Хитрая лиса»,	«Удочка», «С кочки на кочку», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Классики», «Не попадись!», «Не оставайся на полу», «Чехарда».	«Медведь и пчелы», «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Пожарные на учении», «Переправа».	«Охотники и зайцы», «Мяч водящему», «Охотник и звери», «Ловишки с мячом», «Школа мяча». <i>Игры-эстафеты:</i> «Эстафета парами», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо», «Веселые соревнования».	«Кто быстрее?», «Кто выше?», «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?». <i>Народные подвижные игры:</i>

«Совушка», «Два Мороза», «Пустое место», «День и ночь», «Снежная карусель».				«Гори, гори ясно!», «Платок», «Много троих, хватит двоих», «Дедушка-рожок», «Краски», «Колечко», «Веселый садовник».
---	--	--	--	--

Игры с элементами спорта				
<i>Городки.</i>	<i>Баскетбол</i>	<i>Бадминтон.</i>	<i>Футбол.</i>	<i>Хоккей.</i>
Знать до5 фигур. Бросать биты сбоку, от плеча, занимать правильное исходное положение. Уметь выбивать городки с кона и полукона, стараясь затратить меньшее количество бит.	Перебрасывать мяч друг другу от груди, одной рукой от плеча. Передавать мяч в движении двумя руками от груди, с отскоком от пола, ловить летящий мяч в движении на разной высоте (на уровне	Правильно держать ракетку, перебрасывать волан в сторону партнера без сетки и через нее. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Свободно передвигаться по площадке, стараясь не пропустить волан. Играть в паре с воспитателем.	Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, стоя на месте (расстояние 3-4 м), обводить мяч вокруг предметов, «змейкой». Закатывать мяч в лунки, ворота,	Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, друг другу,

<p>Уметь самостоятельно строить фигуры.</p>	<p>груди, над головой, сбоку, внизу и пола и т.п.) и с различных сторон. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях с резкой остановкой, ускорением и замедлением. Вести мяч и забрасывать его в корзину двумя руками от груди и из-за головы, от плеча. Осваивать правила, играть по упрощенным правилам.</p>		<p>передавать мяч ногой друг другу в парах, отбивать от стенки несколько раз подряд.</p>	<p>задерживая шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева), с места и после ведения.</p>
---	---	--	--	---

2.1. Содержание образовательной работы с детьми: для групп младшего дошкольного возраста, для групп среднего дошкольного возраста, для групп старшего дошкольного возраста.

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы\направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Исследовательский компонент	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)
1-ый квартал 09.2021г. 10.2021г. 11.2021г	Социально-коммуникативное развитие	1. Проект «Мой веселый звонкий мяч» 2. «Сильные ножки» 3. «Мое сердце»	Учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за товарищей. Развитие сотрудничества: выслушивать товарищей, соглашаться с большинством. Изучить качества, которые позволили спортсменам достигнуть высоких результатов.	Цикл исследований «Царство моего здоровья» 1.« Я и мое тело» 2. «Что нас делает здоровыми»	Долгосрочный проект Занятие
	Речевое развитие	1. Поиск и чтение стихов о мячах, об упражнениях с мячами	Развивать связную речь: дать возможность детям рассказать о том, что они видели. Продолжать работу над образованием сложных слов.	Выделение свойств мячей и выполнение упражнений в соответствии с этими свойствами. Ознакомление с разными вариантами мишеней из подручного материала	Занятие
	Физическое развитие				занятие

		<p>«За здоровьем в детский сад»</p> <p>«Олимпийцы среди нас»</p> <p>«Осенняя спартакиада»</p> <p>«Наши любимые эстафеты»</p> <p>«Я здоровье берегу сам себе я помогу»</p>	<p>Содержание каждого занятия включает следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование двигательных умений и навыков; - развитие двигательных качеств; <p>Удовлетворение в естественной потребности в движении;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма через специально организованные, оптимальные для данного возраста физические нагрузки; - создание условий для разностороннего развития детей. 		
<p>2-ой квартал 12.2021г. 01.2022г. 02.2022г</p>	<p>Социально-коммуникативное развитие</p>	<p>1. Знакомство с олимпийскими видами спорта: лыжные гонки, санный спорт, хоккей с шайбой, бег на коньках, биатлон. Рассказ о спортивной игре в хоккей.</p> <p>Здравствуй Олимпиада.</p>	<p>Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной</p>	<p>Цикл исследований «Для чего нужны лыжи?»</p> <p>Путешествие в прошлое история возникновения лыж (беговых и слаломных их отличие), коньков (беговых и фигурных их отличие), винтовок (для биатлона)</p>	<p>Долгосрочный проект, занятие, праздники, досуги.</p> <p>Презентации</p>

			ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.	<i>По итогам эксперимента подвести детей к выводу, что для ходьбы на лыжах ,бегу на коньках нужна специальная подготовка. Без подготовки ходить и бегать на лыжах тяжело. Скорость спортсменов-лыжников и конькобежцев выше, чем скорость бегунов.</i>	
Речевое развитие	Беседы: «Возникновение Олимпийских игр», «Олимпийское движение современности», «Олимпийская символика и традиции», «Знаменитые олимпийцы современности»; Использование ИКТ для знакомства с олимпийскими видами спорта.	. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.		Долгосрочный проект, занятие, праздники	

		Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом. Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта			
	Физическое развитие	«Лестница здоровья» «Зимняя Олимпиада» «Зимние виды спорта» Игры забавы «Лесные приключения» Игры, эстафеты, аттракционы: «Мы со спортом очень дружим»	Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, умения и навыки сотрудничества через нравственный и эстетический опыт олимпизма, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья. Развивать у детей стремление к актуализации опыта других и своего собственного по укреплению и сохранению здоровья посредством занятий физической культурой	<i>В конце эксперимента подвести итог: в лыжах удобнее и проще пройти по глубокому снегу, так как ноги не проваливаются, снег выдерживает лыжи на поверхности.</i>	Долгосрочный проект, занятие, праздники, досуги
3-ий квартал 03.2022г. 04.2022г. 05.2022г	Социально-коммуникативное развитие	Знакомство с командными видами спорта Знакомство с летними олимпийскими	Воспитание настойчивости, упорства, чувства товарищества, умение побеждать и проигрывать.	История мячей сравнение упругости мячей при ударе об пол;	Долгосрочный проект

		игровыми видами спорта: волейбол, баскетбол, футбол. Викторина «Что мы знаем о мячах?» «Мой мяч лучший друг» «Путешествие в страну спортивных мячей» День города			Викторина
Речевое развитие	Беседы. История возникновения спортивных игр «У нас в гостях королева физкультура» «Футбол», «Баскетбол», «Волейбол». Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом. Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта.	Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.			
Физическое развитие	«Школа мяча» «Прыгаем, бегаем и с мячом играем» «В стране веселых мячей»	Содержание каждого занятия включает следующие задачи: - формирование двигательных умений и навыков;	Сравнение мячей по видам спорта и т.д.		

		<p>«Тренируйся и играй, никогда не унывай» «Во славу скакалки» «Весенние старты »</p>	<p>- развитие двигательных качеств; Удовлетворение в естественной потребности в движении; - обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма через специально организованные, оптимальные для данного возраста физические нагрузки; - создание условий для разностороннего развития детей. - Научить определять вид спорта по спортивным принадлежностям.</p>	Сравнение скакалок.	
--	--	---	--	---------------------	--

Использование инновационных педагогических технологий открывает новые возможности воспитания и обучения дошкольников, и одной из наиболее эффективных в наши дни стал метод проектов. Технология проектирования относится к современным гуманитарным технологиям, которые являются инновационными в работе дошкольных учреждений

	<p>Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер), 2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала), 3 — игровая (подвижные игры, игры-эстафеты), 4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений), 5 — с использованием спортивного оборудования (гимнастическая стенка, гимнастическая скамья и т.п.),
--	--

<p>Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.</p>	<p>б — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).</p> <p>Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.</p> <p>Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводится спортивные соревнования.</p> <p>В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи: ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.</p> <p>Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полу шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.</p> <p>Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на</p>
---	--

расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре, пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым

боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- ✓ Комплексы утренней гимнастики
- ✓ Комплексы физкультминуток
- ✓ Комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- ✓ Комплексы дыхательных упражнений
- ✓ Гимнастика для глаз и т. п.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекуты.

Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (мецбол 1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель, горизонтальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда. Оформление папок взаимодействия с инструктором физкультуры. Привлечение педагогов для совместной реализации спортивных праздников (исполнение ролей персонажей, изготовление атрибутов).

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по

росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровье-сберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;

	<p>3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности</p> <p><i>Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя</i></p> <p>Музыка воздействует:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. На эмоции детей; 2. Создает у них хорошее настроение; 3. Помогает активировать умственную деятельность; 4. Способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации; 5. Освобождает инструктора или воспитателя от подсчета; 6. Привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике
--	--

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга), достижения детьми планируемых результатов, освоения программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	Наблюдение в процессе образовательной деятельности, во время индивидуальных и групповых занятий детей на мероприятиях.	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

	<p>Диагностика проводится по направлениям образовательной работы: тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.) По результатам тестирования, заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.</p>			
--	--	--	--	--

<p>Система мониторинга достижений планируемых результатов освоения программы детьми</p>	<p>Система мониторинга достижений детьми в образовательной области: "Физическое развитие" планируемых результатов освоения Образовательной программы является составной частью образовательной программы.</p> <p>Обследование проходит по методике: «Двигательная активность ребенка в детском саду» Рунова М.А.</p> <p>Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструкторам по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)</p>
--	---

	По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.
--	---

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Для более эффективного взаимодействия педагогов и родителей по воспитанию здорового и развитого ребенка в дошкольном учреждении необходимо организовывать собрания, консультации, семинары, беседы. Положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей.

Формы работы с родителями

Название	Задачи	Результат
Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> - выявить роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей; - систематизировать знания родителей в области физической культуры; - заинтересовать родителей к новым формам семейного досуга; 	Помогает определить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности ДОО и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех

		участников образовательного процесса
Родительские собрания дистанционно	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ДОУ; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям. 	<ul style="list-style-type: none"> - расширяются представления о особенностях физического развития детей; - появляется интерес к физической культуре.
Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	<ul style="list-style-type: none"> - привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома; - знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры; - способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности. 	<ul style="list-style-type: none"> - родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома; - знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.
Оформление фотовыставок Выставки совместных работ	<ul style="list-style-type: none"> - повышать интерес детей к физической культуре и спорту; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом; 	<ul style="list-style-type: none"> - способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений; - дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.

	- расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга.	
Консультация (дистанционно)	<ul style="list-style-type: none"> - повысит у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту; - совершенствовать двигательные навыки - воспитывать физические и морально-ролевые качества; - закреплять у детей гигиенические навыки. - Деловая игра для родителей «Здоровье в наших руках». 	Во время проведения совместных мероприятий царит атмосфера спортивного азарта, доброжелательности и эмоционального подъема. Дети, видя, как родители вместе с ними принимают участие в совместных занятиях физкультурой, начинают проявлять больший интерес к физической культуре, эмоционально отзываются на все задания, стремятся выполнять их как можно лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.
Советы специалистов Консультации	<ul style="list-style-type: none"> - рассказывать о значении физкультуры для человека; - повышать интерес к физической культуре; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - формировать интерес к занятиям физкультурой - «Как провести выходной день с пользой». 	Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<p>Занятия по физическому развитию - 2-3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Один раз на улице.</p> <p>Виды занятий – комплексные, тематические, традиционные.</p> <p>Праздники</p> <p>Развлечения</p> <p>Досуг</p> <p>Другие формы совместной деятельности:</p> <p>спортивная деятельность, Спортивные праздники. Спортивные развлечения игры, аттракционы и эстафеты.</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах (на прогулке и в группе)</p> <p>Игровая деятельность:</p> <p>Подвижные игры,</p> <p>Игры с элементами спорта (футбол, бадминтон, городки и т.д.).</p> <p>Выполнение определенных движений (прыжки на скакалке, отбивание мяча об пол и т.д.)</p> <p>Оздоровительный бег (в конце прогулки)</p> <p>Круговые эстафеты.</p>	<p>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</p> <p>Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)</p>	<p>Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми во время физкультурных занятий.</p> <p>Разучивание ОВД учетом возможностей ребенка.</p> <p>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</p> <p>Упражнения в освоении танцевальных движений.</p> <p>Использование разнообразных способов обучения обеспечивает принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и</p>

			<i>индивидуальных способов обучения.</i>
--	--	--	--

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию) (в соответствии с требованиями СанПиН)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
2-я младшая группа	15-20 мин	2
Средняя группа	20-25 мин	2
Старшая группа	25-30 мин	2
Подготовительная группа	30-35 мин	2

3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Подготовить физкультурный зал к учебному году Обновить информации для родителей на стендах каждой группы. Подготовить анкеты для родителей	Август - Сентябрь Сентябрь

	<p>Проверить и обновить физкультурные уголки в группах. Приобрести спортивное оборудование. Дорожка ловкости. Игровую дорожку. Обновление картотеки подвижных игр Изготовление пособий для игр Пополнение фонотеки и раздела учебной литературы. Пополнить атрибуты для ОРУ. Изготовить платочки для ОРУ. Расширение картотеки: -Картотека игр с парашютом - «Школа мяча» - Картотека игр, игровые упражнения с мячом и игры на ловкость - Картотека «Подвижные игры на улице» - Картотека «Упражнения в парах развивающие чувства равновесия, смелость, ловкость» Пополнить физкультурный зал спортивным оборудованием.</p> <p>1. Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОУ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний, потребностей и способностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеются: тоннели, мягкие модули, мячи, ракетки, обручи.</p>	<p>Сентябрь - Октябрь</p> <p>Ноябрь- декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>
--	---	---

	<p>2. Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих образовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды.</p> <p>В ДОУ учитывается этот принцип путем приобретения специфичных материалов для девочек и мальчиков, например: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки для хоккея.</p> <p>3. Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вынести на I план ту или иную функцию пространства по ситуации. В зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми, возможно изменить пространство зала, используя лестницы, мягкие модули.</p> <p>4. Принцип вариативности, определяющей видам дошкольного образовательного учреждения. Этот принцип выполняется путем приоритетного осуществления деятельности по физическому развитию детей.</p> <p>5. Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением. Проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДОУ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом</p>	
--	--	--

	<p>ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста основной формой работы с детьми является игра. При подборе оборудования и определения необходимого количества педагоги учитывают условия своего ДОУ, условия конкретной возрастной группы, условия конкретного помещения, в котором располагается группа детей: количество воспитанников в группах, площадь групповых и подсобных помещений.</p>	
--	---	--

3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - Программа «Физкультура от 3 до 17». Автор Щербаков В.П. - Программно-методическое пособие «Расту здоровым». Автор Зимонина В.Н. - Программа «Здравствуй». Автор Лазарев М.Л. - Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду. - Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. - Рунова М. А., Бутилова А. В. Ознакомление с природой через движение. - Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.

- Глазырина Л. Д. Физическая культура — дошкольникам.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в средней группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в старшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада.
- Сивачева Л. Н. Физкультура — это радость.
- Маханева М. Д. С физкультурой дружить — здоровым быть.
- Галицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.
- Яковлева Л. В., Юдина Р. А. Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет. —
- Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
- Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
- Пензулаева Л. И. Малоподвижные игры и упражнения для детей 3–7 лет.
- Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников.
- Программа школы Змановского Ю. Ф. Здоровый дошкольник.
- Желобкович Е. Ф. Физкультурные занятия в детском саду 2-я младшая группа
- Желобкович Е. Ф. Физкультурные занятия в детском саду средняя группа
- Желобкович Е. Ф. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа
- Желобкович Е. Ф. Физкультурные занятия в детском саду подготовительная к школе группа

	<p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста.</p> <p>Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду.</p>
--	---



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 26 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08.2021 года

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей)
воспитанников
Протокол № 1
от 31 августа 2022 г

Календарно-тематический план воспитания ДОШКОЛЬНИКОВ

группы №5 «Совята» младшего дошкольного возраста, группы №6 «Дюймовочка» среднего дошкольного возраста (4-5 лет), группы №2 «Винни-Пух» старшего дошкольного возраста (5-6 лет), группа №3 «Теремок» старшего дошкольного возраста (5-6 лет), группа №4 «Золотая рыбка» подготовительного возраста (6-7 лет) реализующие Образовательную программу дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 26 Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2022-2023 учебный год

Санкт-Петербург

2022 год

Календарный план воспитательной работы инструктора физкультуры (дошкольный возраст 3 – 8 лет) составлен в соответствии с рабочей программой воспитания ГБДОУ детского сада №26 с целью конкретизации форм и видов воспитательных мероприятий, проводимых педагогами ГБДОУ детского сада № 26 в 2022/2023 году.

Исходя из анализа воспитательной деятельности в ГБДОУ №26: анализа качество процесса, качество условий и качество результатов, необходимо обозначить, что образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ №26 (далее - ОП ДО ГБДОУ №26) включает:

- в части содержания процесса воспитания: состояние **патриотического, экологического и трудового воспитания, духовно-нравственного развития детей;**
- в части создания условий: психолого-педагогические условия процесса воспитания; необходимые компоненты развивающей предметно-пространственной среды для **патриотического, экологического и трудового воспитания, духовно-нравственного развития детей;**
- в части результатов, достигнутых детьми: степень достижения планируемых результатов воспитательной работы;

Воспитательная деятельность в образовательной программе дошкольного образования ГБДОУ №26 интегрирована с содержанием образовательных областей.

Организация мероприятий проходит в совместном взаимодействии между детьми, педагогами (воспитателями и специалистами) и родителями воспитанников.

Содержание деятельности по освоению образовательных областей



Содержание деятельности по освоению образовательных областей представлено в реализуемом ДОО учебно-методического комплекса От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6е изд, доп. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

Образовательная область «Социально- коммуникативное развитие»- стр. 117 (139), стр. 162, стр.196, стр.237, стр.284,

Образовательная область «Познавательное развитие»- стр. 117 (139), стр. 162, стр.196, стр.237, стр.284,

Образовательная область «Речевое развитие»- стр. 117 (139), стр. 162, стр.196, стр.237, стр.284,

Образовательная область «Художественно- эстетическое развитие»- стр. 117 (139), стр. 162, стр.196, стр.237, стр.284,

Образовательная область «Физическое развитие»-

Воспитательная работа в ДОУ не имеет четких временных рамок – педагоги проводят ее ежедневно, ежечасно в разных формах организации образовательного процесса.

Модель воспитательного процесса в режиме дня

Режимные моменты	Формы организации образовательного процесса	Вид деятельности	Направленность воспитательной работы
Прием детей	Игры (дидактические, настольно-печатные, сюжетно-ролевые)	Самостоятельная и совместная с взрослыми игровая деятельность, конструктивная, коммуникативная	Умственное воспитание, трудовое воспитание, нравственное воспитание, эстетическое воспитание
	Беседы с детьми	Коммуникативная	Все виды воспитания
	Наблюдения	Познавательная-исследовательская, коммуникативная	Экологическое воспитание
	Гигиенические процедуры	Трудовая (самообслуживание)	Физическое воспитание
	Дежурство	Трудовая (элементарный труд)	Трудовое воспитание
	Утренняя гимнастика	Двигательная	Физическое воспитание
Завтрак	Формирование культуры еды	самообслуживание	Физическое воспитание, эстетическое воспитание
Совместная деятельность	Игра	Игровая	Все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций
	Подготовка к занятиям	Элементарный труд	Трудовое воспитание, умственное воспитание
Организованная образовательная деятельность	Занятие Реализация проекта	Познавательная-исследовательская,	Решение воспитательных задач в
	Решение ситуативных задач Чтение художественной и познавательной литературы Дидактические игры Конструирование	продуктивная, музыкально-художественная, коммуникативная, физическая	соответствии с содержанием образовательной программы дошкольного образования: умственное,

			физическое, трудовое, эстетическое, экологическое, патриотическое воспитание
Прогулка	Коллекционирование Реализация проекта Решение ситуативных задач Наблюдения и экскурсии Беседы Элементарные опыты Дидактические и сюжетно-ролевые игры Труд в природе	Самостоятельная и совместная игровая деятельность, познавательная-исследовательская, продуктивная, коммуникативная, физическая, трудовая	умственное, нравственное, физическое, трудовое, эстетическое, экологическое, патриотическое воспитание
Обед	Формирование культуры еды	самообслуживание	Физическое воспитание, эстетическое воспитание
Сон	Воспитание навыков здорового образа жизни		
Подъем после сна	Гимнастика пробуждения	Физическая	Физическое воспитание
	Закаливающие процедуры	Физическая (воспитание навыков ЗОЖ)	
Полдник	Формирование культуры еды	самообслуживание	Физическое воспитание эстетическое воспитание
Совместно-самостоятельная деятельность	Игра Мастерская Коллекционирование Беседы Чтение художественной и познавательной литературы Досуги Реализация проектов	Игровая, продуктивная, музыкально-художественная, познавательная-исследовательская, коммуникативная	Все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций умственное, нравственное, физическое, трудовое, эстетическое, экологическое, патриотическое воспитание
Прогулка	Коллекционирование Реализация проекта Решение ситуативных задач Дидактические, сюжетно-ролевые, подвижные игры Труд в природе	Самостоятельная и совместная игровая деятельность, познавательная-исследовательская, продуктивная, коммуникативная, физическая, трудовая	
Уход домой			

Комплексно тематическое планирование воспитательной деятельности

Окружающий мир на основе знаков и символов культуры, социума и чувства принадлежности к мировому сообществу							
Сроки	Темы:						Ответственные
20.12-24.12 24.05-28.05	1.«Мой любимый Петербург!» Цель-результат: развитие социокультурных практик в определении городского и сельского пейзажей, особенностей построек, расположение зданий культуры, рассматривание главной городской елки, зарисовки, фотографирование, проведение опыта «Возведем небоскреб», игра-занятие в краеведческом музее «Как Аленушка на ярмарку ездила», изготовление новогодних игрушек в семье для украшения елки в детском саду и дома, украшение окон «Новогодний Петербург», «Тайна (загадки) Петербургских фонарей»						воспитатели групп
01.10-05.10	2. <i>Традиционные народные игры</i> Цель-результат: дети и взрослые поучаствовали в недельном фестивале народных игр, в фестиваль были включены игры семей разных национальностей, посещающих детский сад. Дети и взрослые узнали традиции каждой национальности, смогли получить удовольствие от совместных игр вместе с родителями.						воспитатели групп
11.04-15.04	3. <i>Игра - исследование Космоса</i> Цель-результат: игрокам предлагают стать членом команды по спасению Земли, которая должна помочь найти ответы на загадки странной, постоянно меняющейся солнечной системы. Герои взлетают на корабле у них есть всего 25 минуты, чтобы спасти систему: после этого звезда, вокруг которой вращаются планеты, взорвется, превратившись в сверхновую, и уничтожит все вокруг. Дети и взрослые выполняют разные задания, знакомятся с планетами Солнечной системы, учатся добывать информацию и презентовать ее.						воспитатели групп
Работа ведется и прописывается (виды, форма, содержание) по указанным направлениям в совместной образовательной деятельности, отражается в групповом помещении (выставки, предметное украшение и т. д), досуговой деятельности специалистов ДОУ.							
Компоненты КТП	Взаимодействие с семьями воспитанников	Педагогические находки	Проектная и экскурсионная деятельность	Добрые традиции	Игровое пространство	Образовательная деятельность	Ответственные
20.12-24.12 24.05-28.05	1.«Мой любимый Петербург!» 1.Вид: изготовление поделок. Форма: изготовление новогодних выставок для украшения окон в группе детского сада. Содержание деятельности: родители совместно с	Стенгазета «Мои путешествия по городу»	Экскурсия по городу «Самая красивая городская елка»	Изготовление новогодних елочных украшений на тему «Праздничный Петербург»	Игра «Угадай по силуэту»	НОД по социально-коммуникационному развитию «Мой родной город», О.В. Дыбина «Ознакомление с предметным и социальным окружением», стр.38	Воспитатели родители воспитанников

	детьми изготавливают вытынанки по теме «Праздничный Петербург».						
01.10-05.10	2. Традиционные народные игры Вид: игры разных народов. Форма: изготовление и исполнение атрибутов к различным играм. Содержание деятельности: Воспитатели совместно с семьями воспитанников изготавливают атрибуты к играм.	Картотека игр «Вместе весело играть»		Выставка «Игрушки моих родителей»	Русские народные игры: «У медведя во бору», «Гуси – лебеди», «Гуси».	НОД по художественно-эстетическому развитию (аппликация), «Улыбнемся мы друг другу», О.В. Павлова «Изобразительная деятельность и художественный труд», стр. 31	Воспитатели родители воспитанников
11.04-15.04	3 Игра - исследование Космоса Вид: изготовление атрибутов. Форма: изготовление атрибутов к фотосессии на тему «Космос». Содержание деятельности: Воспитатели совместно с семьями воспитанников изготавливают атрибуты для космической фотосессии.	Фотосессия «Путешествие по вселенной»	Посещение Планетария		Обогащение игрового пространства	НОД аппликация «Ракета»	Воспитатели родители воспитанников

Формирование семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств

Сроки	Темы:	ответственные
27.09 – 01.10	1. Семейная гостиная: «Дружная семья – мама, папа, бабушка, бабушка и я» Цель-результат: дети и родители, бабушки и дедушки получили положительные эмоции от событийности, получил опыт совместного проведения времени вместе, прониклись друг другу трепетными чувствами, увидели бабушку и дедушку в других занятиях, узнали о их трудовом прошлом, интересах и увлечениях.	воспитатели групп

17.01-21.01	2.Лаборатория взрослых и детей по созданию символов земли Российской Цель-результат: дети познакомились с гербом, флагом, гимном России, увидели эти символы и создали свои макеты (герб семьи, флаг, вместе со взрослыми создали гимн семьи), презентовали свои достижения на совместном досуге.						воспитатели групп
25.04-13.05	3. Проект «Память» Цель – результат: приобщение к социокультурным нормам общества, государства через рассматривание репродукций картин, фотографий скульптур, чтение воспоминаний детей, посещение музея, проведение опыта: «Как услышать сердце».						воспитатели групп
Работа ведется и прописывается (виды, форма, содержание) по указанным направлениям в совместной образовательной деятельности, отражается в групповом помещении (выставки, предметное украшение и т. д), досуговой деятельности специалистов ДОУ.							
	Взаимодействие с семьями воспитанников	Педагогические находки	Проектная и экскурсионная деятельность	Добрые традиции	Игровое пространство	Образовательная деятельность	Ответственные
27.09 – 01.10	1.Семейная гостиная: «Дружная семья – мама, папа, бабушка, дедушка, бабушка и я» Вид: постеры. Форма: постеры с фотографиями. Содержание деятельности: родители совместно с детьми изготавливают постер по теме «Моё семейное дерево».	«В гостях у бабушки» – чаепитие в семейной обстановке, совместные фотографии.		Стенгазета «Любимые игрушки наших бабушек и дедушек».	Сюжетно ролевая игра «Семья»		Воспитатели родители воспитанников
17.01 - 21.01	2.Лаборатория взрослых и детей по созданию символов земли Российской Вид: поделки Форма: изготовление	Презентация «Наша страна – Россия»	Экскурсия в музей «Гранд Макет России»	Фотовыставка: «Бабушка и дедушка за любимым занятием»	Обогащение игрового пространства.		Воспитатели родители воспитанников
	поделок и рисунков влюбой технике. Содержание деятельности: Родители совместно с детьми изготавливают поделки на тему: «Символы нашей семьи: герб и флаг».						

5.04-13.05	3. Проект «Память» Вид: папка-передвижка. Форма: поиск фотографий, репродукций картин об армии и военной технике. Содержание деятельности: воспитатели совместно с родителями готовят ознакомительную информацию по теме «Наша армия»	Прослушивание аудиозаписи песни «Наша армия сильна»	Посещение «Военно-исторического музея артиллерии»	«Герои нашего времени» - фотографии добрых поступков	Обогащение игрового пространства.	НОД по художественно-эстетическому развитию (апликация), тема: «Танк», Н.В. Дубровская «День защитника Отечества» стр.103	Воспитатели родители воспитанников
------------	--	---	---	--	-----------------------------------	---	------------------------------------

Трудовое воспитание и поведение в природе

	Темы:						
13.09-17.09	1. <i>Акция информационно - исследовательская «Секреты хлеба»</i> Цель – результат: формирование познавательных интересов и познавательных действий через проведение опытов и экспериментов: «Почва: живая земля», «Прорастание хлебного зернышка», посещение детской библиотеки (подбор книг, посвященных хлебу), встречи в краеведческом музее: «Растительный и животный мир области», «Историческое прошлое края».						
28.02-04.03	2. <i>Акции «Чистое утро»</i> Цель-результат: разработка книжек-малышек (взрослые для детей, старшие дети для младших, по режиму дня и КГН)						
11.10-15.10	3. <i>Акция по изготовлению дидактического пособия «Заповедные места и зоны экологического бедствия»</i> Цель-результат: в ДОО в каждой группе появились разработанные детьми и взрослыми игры, которые помогают запомнить заповедные места и экологические зоны края, понять почему они несут такой характер.						
Работа ведется и прописывается (виды, форма, содержание) по указанным направлениям в совместной образовательной деятельности, отражается в групповом помещении (выставки, предметное украшение и т. д), досуговой деятельности специалистов ДООУ.							
Компоненты КТП	Взаимодействие с семьями	Педагогические находки	Проектная и экскурсионная	Добрые традиции	Игровое пространство	Образовательная деятельность	Ответственные
	воспитанников		деятельность				

13.09-17.09	<p>1. Вид: исследовательский проект. Форма: наблюдение за ростом растений. Содержание деятельности: Воспитанники совместно с родителями проращивают лук в воде и в земле.</p>	Проращивание семян в пластиковых бутылках.	Экскурсия в «Летний сад»	«Веселый огорода на нашем подоконнике»	Обогащение уголка природы.	НОД по художественно-эстетическому развитию (рисование), тема: «Сможем мы нарисовать деревобольшое», О.В. Павлова «Изобразительная деятельность и художественный труд», стр. 23	— Воспитатели, специалисты, родители
28.02-04.03	<p>2. Акции «Чистое утро» Вид: консультация для родителей «Режим дня». Форма: изготовление книжек – малышей. Содержание деятельности: Совместно с родителями изготовление книжек – малышей с фотографиями режимных моментов.</p>	Постер «Осторожно – COVID -19»	Экскурсия в музей гигиены.	Фотоколлаж «Делайте зарядку – будьте в порядке»	Пополнение развивающей среды по ЗОЖ новыми атрибутами.	НОД по художественно-эстетическому развитию (аппликация), тема: «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое», О.В. Павлова «Изобразительная деятельность и художественный труд», стр. 152	Воспитатель, родители воспитанников
11.10-15.10	<p>3. Акция по изготовлению дидактического пособия «Заповедные места и зоны экологического бедствия» Вид: стенгазета. Форма: изготовление стенгазет с фотографиями загрязнённых водоемов. Содержание деятельности: воспитатели совместно с семьями воспитанников изготавливают стенгазету «Вы с природой не шугите, воду чистой – берегите!»</p>	Эксперимент «Грязная и чистая вода»	Просмотр видеороликов про заповедные места.	Труд овое воспитание «Чистый участок»	Пополнение атрибутами уголка экспериментирования.	НОД по художественно-эстетическому развитию, тема: «Рамочки из палочек», Е.А. Румянцева «Необычные поделки из природных материалов», стр.5	Воспитатель, родители воспитанников

Перспективный план реализации Рабочей программы воспитания ГБДОУ №26

«Традиции и праздники детского сада»						
Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	01.09.22	Адаптационный период		Развлечение «День Знаний!»		Видео конференция со школой Сферум «Торжественная линейка в школе»
	30.09.22	Образовательная ситуация: «Ладушки в гостях у бабушки».	Образовательная ситуация: «Бабушка и дедушка – самые родные».	Тематический досуг: «День пожилого человека».		
Октябрь	24.10.22 – 31.10.22	Развлечение «Осенняя овощная сказка»	Осенний праздник «Под грибком»	Осенний праздник «Золотая осень в Санкт-Петербурге»	Фольклорный праздник «Осень- матушка пришла, ярмарочные гуляния на двор привела»	
					Осенний праздник «Волшебный сундучок Осени»	Осенний праздник «Разноцветная Осень»
Ноябрь	04.11.22				«Мы дружною своей сильны и Родиной своей горды!» Тематическое развлечение, посвященное Дню народного единства	
	21.11.22 – 25.11.22	Развлечение «Мамочка, любимая!»		Конкурс чтецов «Мама – первое слово!»		
Декабрь	02.12.22				Тематическое мероприятие к Международному дню инвалида «Разные возможности - равные права!»	
	14.12.22	Мастерская «Новогодняя игрушка» Фольклорное развлечение "Зимние посиделки"				
	05.12.22 – 24.12.22	Проект «СЕМЬЯ И ДЕТСКИЙ САД – ВМЕСТЕ ВСТРЕТИМ НОВЫЙ ГОД»				
Январь	11.01.23	Развлечение «Прощание с новогодней ёлочкой» Фольклорное развлечение "Гуляют ребятки в зимние святки"				
	12.01.23				Святочные посиделки «Коляда, коляда, отвори ворота...»	

	16.01.23 - 27.01.23	Акция «ПОСЫЛКА ВЕТЕРАНУ»				
	27.01.23	Торжественное мероприятие для ветеранов ВОВ, жителей блокадного Ленинграда «Ленинградский День Победы»				
Февраль	20.02.23 - 24.02.23	Праздник «А ну-ка, папы!»		Праздник «День Защитника Отечества»		
	20.02.23 - 24.02.23	Выставки рисунков и поделок «Наши защитники Отечества», «Армия России», «Военная техника»				
	23.02.23	Фольклорный праздник «Масленицу встречаем — Зимушку провожаем!»				
Март	01.03.23 - 10.03.23	Праздник «8 марта» «Мамино солнышко»	Праздник «8 марта» «Моя мамочка родная»	Праздник «8 марта» «Джентельмен - шоу»	Праздник «8 марта» «Подарим маме сказку»	Праздник «8 марта» «Мисс детского сада»
	01.03.23 - 17.03.23	Выставка рисунков и поделок «Весна идёт – Весне дорогу!»				
Апрель	03.04.23 - 14.04.23	Проект «О звёздах и планетах», «РОСКОСМОС»				
	03.04.23 - 14.04.23	Выставка рисунков и поделок «Космос далёкий и близкий»				
	24.04.23 - 28.04.23	Выпускной «До свиданья, детский сад!»				
Май	24.04.23 - 12.05.23	Проект «Одна на всех ВЕЛИКАЯ ПОБЕДА»				
	01.05.23 - 12.05.23	Акции: «Открытка Ветерану», «Окна Победы»				
	4.05.23 - 12.05.23	Выставка рисунков и поделок «Салют Победы»				
	12.05.23	Концерт для ветеранов ВОВ в честь Дня Победы «Это наша Победа!»				
Июнь	1.06.23	Развлечение «День защиты детей!»				
		Акции: «Рисуем на асфальте», «Солнечный круг», «Дети мира»				
	09.06.23	Тематический досуг «День России»				
	22.06.23	Час мужества «День памяти и скорби»				
Июль	07.07.23	Досуг «День семьи, любви и верности»				
Август	31.08.23	Развлечение «До свидания, лето»				

«От экспериментатора к исследователю»

Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	09.09.22	Выставка песочных фигур (опыты с песком и водой) «Волшебная песочница»				
Октябрь	03.10.22	Фотовыставка, посвящённая дню пожилого человека «Без бабушек и дедушек жилось бы скучно нам»				
	07.10.22	Детское исследование в кругу семьи «Наш друг - ФОТОАППАРАТ»				
	03.10.22 - 20.10.22	Выставка «Осенние чудеса» (поделки из природного материала) Исследования природного материала.				
Ноябрь	04.11.22	Чудо – час «Волшебный магнит»				
	21.11.22 25.11.22	Неделя безопасности «Огонь друг – Огонь враг»				
Декабрь	05.12.22	Конкурс начального технического творчества «Старт +»				
Январь	31.01.23	Научное развлечение (опыты с водой на природе) «Волшебница ВОДА»				
Февраль	06.02.23 - 10.02.23	Интерактивная выставка - экспозиция «Научные фокусы и загадки»				
	08.02.23	Детский квест ко Дню российской науки «Большие науки – в детские руки»				
Март	13.03.23 – 30.04.23	Проект «Метеостанция» и клумба с цветами-«барометрами».				
Апрель	12.04.23	Экспериментальная деятельность. Свойства воздуха. «Реактивный шарик»	Проект «Космос далёкий и близкий» Эйнштейн –шоу «ТРИ, ДВА, ОДИН – ПОЕХАЛИ!»			
Май	19.05.23	Опытно – экспериментальная деятельность «Солнечные зайчики»			Опытно – экспериментальная деятельность «Путешествие по радуге»	
Июнь	23.06.23	Научное развлечение. «Свет и тень. Рождение теневого театра»				
Июль	03.07.23 – 07.07.23	Шоу «Увлекательные опыты из подручных средств»				
Август	04.08.23	Развлечение «День Любознайки»	Опытно – экспериментальная деятельность Квест «Следы СОЛНЦА»			

«Здоровая планета – здоровый Я»

Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	09.09.22	Адаптационный период		Развлечение «Вместе весело шагать».		
	23.09.22	Пеший поход «Там по неведомым дорожкам»	Физкультурное развлечение «Мы спортсмены»	Квест-игра на спортивной площадке «Следопыты»		
Октябрь	03.10.22 - 21.10.22	Выставка «Осенние чудеса» (поделки из природного материала)				
	17.10.22 24.10.22	Дидактические игры «Правила поведения в природе».			Наблюдение за растениями. Изготовление гербария.	
	24.10.22 - 31.10.22	Развлечение «Осенняя овощная сказка»	Осенний праздник «Под грибочком»	Осенний праздник «Золотая осень в Питере»	Осенний праздник «Волшебный сундучок Осени»	Осенний праздник «Разноцветная Осень»
Ноябрь	07.11.22 - 25.11.22	Акция «Поможем птицам зимой». Подведение итогов социально-экологического долгосрочного образовательного проекта. «Фенология птиц. Птицы – друзья, ПРИРОДА и МЫ – ЭкоСемья.»				
	24.11.22	Спортивное развлечение «Светофорик»		Спортивное развлечение по ППД «Красный, жёлтый, зелёный»		
Декабрь	05.12.22 - 31.12.22	Конкурс-выставка семейных поделок «Волшебная ёлочка»	Конкурс-выставка семейных поделок «Новогодняя сказка»	Конкурс-выставка семейных поделок «Новогодний калейдоскоп»	Конкурс-выставка семейных поделок «Зимние фантазии»	Конкурс-выставка семейных поделок «На балу у Снежной Королевы»
Январь	15.01.22				Цикл занятий «Все на лыжи!»	
	20.01.23	Спортивное развлечение «Зимние забавы»				
Февраль	21.02.23 - 24.02.22	Праздник «А ну-ка, папы!»		Праздник «День Защитника Отечества»		
	20.02.23 - 24.02.23	Развлечение «Широкая Масленица»				
	Март	01.03.23 - 10.03.23	Праздник «8 марта» «Мамино солнышко»	Праздник «8 марта» «Моя мамочка родная»	Праздник «8 марта» «Джентельмен - шоу»	Праздник «8 марта» «Подарим маме сказку»
24.03.23		Спортивный досуг «Мы сильные, мы ловкие»		Спортивное развлечение «Малые весенние олимпийские игры»		

Апрель	07.04.23	Театрализованное представление «Старичок–Лесовичок	Совместный проект с родителями «Прогулка в лес» (решение проблемных ситуаций).	Совместный проект с родителями «Прогулка в лес» (решение проблемных ситуаций). Презентация лэпбука «Красная книга».
	21.04.23		Участие в экоакции «День Земли» Трудовой десант: «Чисто не там, где убирают, а там, где не сорят». Подвижные игры на природе. Выставка «Вторая жизнь вещей»	
	28.04.23	Спортивный досуг «В гостях у Спортлика»		
Май	19.05.23	Просмотр видео презентаций (фотоальбомов) из семейных архивов: «Мы на отдыхе».		
	26.05.23	Спортивно-игровое развлечение по ПДД «Всех прокатит дошколят наш веселый самокат		
Июнь	С 01.06.23 - по режиму	Оздоровительные процедуры «Мы, играя, не скучаем, своё тело закаляем».		
	05.06.23	Игры-забавы «Русские народные игры»		
Июль	21.07.23	Игровая ситуация «В гости к Витаминке»		
Август	04.08.23	Развлечение «Международный День Светофорика»		
	14.08.23	Развлечение «Весёлая Физкультура»		
	18.08.23	Спортивные игры по станциям «Спортивным будешь – здоровье добудешь»		

«Маленький Петербуржец – гражданин большой России»						
Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	01.09.22	Адаптационный период		Развлечение «День Знаний!»		Видео конференция со школой в Сферум «Торжественная линейка в школе»
	23.09.22			Д/игры «Где я живу?» (адрес, телефон).		
	30.09.22 - 31.10.22			Тематические экскурсии в библиотеку «Охтинская», «Куб».		
Октябрь	03.10.22	Беседы о семье, родственных отношениях. «Я и моя семья», «К нам в гости пришла бабушка».		Беседы «Уважаем старших в семье». Ситуации: «Чем можно порадовать маму?»		

Ноябрь	01.11.22	Фотоколлаж «Моя семья»		Игра-интервью «Расскажи о своей семье». Фотоколлаж «Моя семья»		Беседа «Моя фамилия». «Семейное дерево» - построение семейных отношений с использованием фотографий родственников и макета дерева.
	10.11.22	Беседа «Герои среди нас» (пожарные, полицейские, военные и др.)				
	11.11.22					Е. Чарушин- иллюстратор и писатель (120 лет со дня рождения)
	25.11.22	Досуг в форме посиделок «Сестрица Аленушка и братец Иванушка» - русские народные костюмы, обычаи, песни, игры и прибаутки.				
Декабрь	05.12.22	Образовательные ситуации «Вежливые слова»		Д/упражнение «Как сообщить новость родственникам?» (переписка, поздравление, разговор по телефону, посещения и т.д.)		
	12.12.22			Сказочная инсценировка «Как спастись от коварных волшебниц – Лени, Скуки и Жадности».	НОД «Я и мои права» Конвенция о правах ребенка, ко дню Конституции РФ	
	14.12.22	Досуг «Бабушка-загадушка» по мотивам русского фольклора.		Видео сюжет «Семейные новогодние традиции»		
Январь	16.01.23					Тематические занятия, беседы, просмотр презентаций: «Санкт – Петербург – Родина великих людей»
	16.01.23 - 27.01.23	Акция «ПОСЫЛКА ВЕТЕРАНУ»				
	27.01.23					Торжественное мероприятие для ветеранов ВОВ, жителей блокадного Ленинграда «Ленинградский День Победы»
Февраль	10.02.23			Конкурс скороговорок «Шустрый язычок»		
	16.02.23 - 22.02.23	Тематические занятия: «Наша Армия сильна, защищает мир она!»		Тематические занятия: «Мир – это главное слово на свете»	Тематические занятия: «Защитники страны»	Беседы, викторины, презентации, посвященные дню Защитника Отечества.
Март	01.03.23 - 10.03.23	Праздник «8 марта»: «Мамино солнышко»	Праздник «8 марта»: «Моя мамочка родная»	Праздник «8 марта»: «Джентельмен - шоу»	Праздник «8 марта»: «Подарим маме сказку»	Праздник «8 марта»: «Мисс детского сада»

	10.03.23			Виртуальная экскурсия к монументу на Пискаревском мемориальном кладбище «Мать - Родина»
	20.03.23	В гостях у дедушки Корнея (121 год со дня рождения К.Чуковского)		
	24.03.23	Спортивный досуг «Мы сильные, мы ловкие»	Спортивный досуг «Мы сильные, мы ловкие»	Спортивное развлечение «Малые весенние олимпийские игры»
	31.03.23	Музыкальное развлечение «Русские матрёшечки»		Музыкальное развлечение «Хохотушки - частушки»
Апрель	03.04.23			Тематический день «По страницам Красной книги. Заповедники Ленинградской области»
	10.04.23 - 14.04.21			Тематические занятия, беседы, досуги, просмотр презентаций по теме «Космос». «РОСКОСМОС»
Май	24.04.23 - 12.05.23	Проект «Одна на всех ВЕЛИКАЯ ПОБЕДА»		
	02.05.23 - 12.05.23	Акции: «Открытие Ветерану», «Окно Победы»		
	02.05.23 - 12.05.23	Выставка рисунков и поделок «Салют Победы»		
	22.05.23 - 27.05.23	Цикл бесед о достопримечательностях города с показом иллюстраций и экскурсиями выходного дня.	Викторина «Знатоки родного города» (ко Дню города Санкт - Петербург)	Викторина «День города» - развлечение, посвященное Дню города Санкт- Петербург.
	27.05.23		Конкурс детского рисунка на асфальте: «Люблю тебя, Петра творенье». Интерактивная беседа: «Путешествие по интерактивной карте Красногвардейского района».	
Июнь	06.06.23			Музыкально-литературная гостиная по сказкам А.С. Пушкина: «У лукоморья дуб зелёный ..»
	09.06.23	Досуг «День русской берёзки».		Праздничный концерт «Россия-Родина моя!»
Июль	07.07.23	Фотоколлаж «Это я и моя семья!».		Развлечение «День любви, семьи и верности» Фотоколлаж «Это я и моя семья!».
Август	11.08.23	Развлечение «Путешествие по русским народным сказкам».		Досуг «Посмотрите, сколько нас!» (многонациональная страна)
	22.08.23	Досуговое мероприятие «День государственного флага Российской Федерации»		

«Все профессии важны, все профессии нужны»						
Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	01.09.22	Адаптационный период		Развлечение «День Знаний!» Предварительная беседа: Воспитатель и учитель - волшебные феи детского сада и школ!»		Видео конференция со школой в Zoom «Торжественная линейка в школе» Предварительная беседа: «Воспитатель и учитель - волшебные феи детского сада и школ!»
	26.09.22	Тематические беседы ко Дню дошкольного работника «Кто работает в детском саду?»				
Октябрь	17.10.22	Тематические мероприятия «Хлеб- всему голова» «Каша – матушка наша»				
	18.10.22	С/р игра «Медсестра»		Цикл бесед, развивающих игр «К кому можно обратиться в поликлинике за медицинской помощью?»		
Ноябрь	21.11.22			Всемирный день телевидения. С/р игра: «Телепрограмма – Спокойной ночи, малыши!»	Моделирование трудовой деятельности на телевидение. Снимаем детский видеорепортаж «Я в семье хороший ребёнок, потому что...»	
	25.11.22	Чтение художественной литературы Е. Благинина «Помощница».	Дидактическая игра «Распределяем домашние обязанности»	Работа с мнемотаблицами: «Профессия моей мамы»	Просмотр презентаций: «Мамины профессии».	Интерактивные видеоролики от мам: «Мамины профессии»
Декабрь	05.12.22 - 31.12.22	Конкурс-выставка семейных поделок «Волшебная ёлочка»	Конкурс-выставка семейных поделок «Новогодняя сказка»	Конкурс-выставка семейных поделок «Новогодний калейдоскоп»	Конкурс-выставка семейных поделок «Зимние фантазии»	Конкурс-выставка семейных поделок «На балу у Снежной Королевы»
	12.12.22	Мастерская «Новогодняя игрушка» Сюжетные ролевые игры: Магазин новогодних игрушек.				
	16.01.23 - 27.01.23	Акция «ПОСЫЛКА ВЕТЕРАНУ» Тематические беседы: Военные профессии.				
Февраль	06.02.23 - 10.02.23	«Мы будущие инженеры» Интерактивная выставка - экспозиция «Научные фокусы и загадки»				
	13.02.23	«Садовники и огородники»				

		Уход за растениями «Огород на подоконнике» Полеводство: «Огород на подоконнике»				
Март	13.03.23	Сюжетная ролевая игра: «Тили-бом, тили-бом, загорелся кошкин дом!»		Дидактические игры: «Мир профессий: пожарный»	Сюжетные ролевые игры: «Спасательные службы».	Сюжетные ролевые игры:» Диспетчерская спасательных служб» 112.
	15.03.23	Образовательная ситуация «Кто может смастерить скворечник для птиц?»		«Чудеса для детей из ненужных вещей». Скворечники из подручных материалов.		Трудовой десант «Сороки или жаворонки: птичья столовая».
Апрель	03.04.23 – 14.04.23	Сюжетная ролевая игра: «Аэропорт»		Проект «О звёздах и планетах» Тематические беседы: Я в лётчики пойду, пусть меня научат!		
Май	15.05.23		Проблемная ситуация «Где живут книжки?»	Совместная деятельность «Книжка-малышка»	Выставка книжек «Любимая книжка» Сюжетная ролевая игра: «Библиотека»	Выставка «Вместе с книгой мы растём» Сюжетные ролевые игра: «Библиотека. Читаем паспорт книжки.»
Июнь	26.06.23	Сюжетная ролевая игра: Служба ДПС			Викторина: Мы знаем и соблюдаем ПДД.	Познавательный интерактивный видеоролик от родителей «Один день службы ДПС»
Июль	28.07.23	Игры с водой. Соревнования ко «Дню Военно – Морского флота» С/р игры: «Матросы - спасатели»				
Август	07.08.23	Выставка совместных поделок с родителями ко Дню строителя «Что нам стоит дом построить»				
	25.08.23	Режиссёрские игры ко Дню российского кино				

«Игровая деятельность»						
Месяц	Дата проведения	Возрастная группа				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7-8 лет
Сентябрь	01.09.22	Игровая ситуация в адаптационный период «Колобок пришёл в детский сад»			Игровая ситуация «Приятно познакомиться, это я!»	
	05.09.22	Дидактическая игра: «Что нравится мне и другим?»			Дидактическая игра: «Что нравится мне и другим?» Дидактическое упражнение: «Портрет друга»	
	12.09.22	Игры -эксперименты с водой и песком «Владения мыльного пузыря»				
	14.09.22	Словесные игры: «Кто кого»	«Игры-забавы мотивам русских народных»	Игровая ситуация «Любимые игры и игрушки»		

		позвал?», «Пузырь».	потешек: Какая дудочка играет ?; Гуси – гусенята»; «Котик».	Игра - путешествие «Мой дом – детский сад»		
	19.09.22	Коммуникативные игры: «Иголочка и ниточка», «Ищу друга», Коробка с секретом», «Рассмеши Несмеяну»				
Октябрь	03.10.22	Развивающая игра «На грядке в огороде – на дереве в саду»	Игровая ситуация «Готовим обед»	Зашифрованные раскраски и «Витамины на грядках»	Экскурсия на пищеблок детского сада	квеста для детей старшего дошкольного возраста «По следам волшебницы Осени»
	10.10.22	Дидактические игры: «Собери картинку», «Что сначала, что потом»	Дидактическая сюжетная игра «Прогулка в осенний лес»	Дидактическая игра «От зернышка до булочки»	Игра исследование «Что мы знаем о хлебе»	Сюжетные игры: «Юные исследователи», Игра -викторина «Хлеб всему голова»
	17.10.22	С/р игра «Медсестра»		Цикл бесед, развивающих игр «К кому можно обратиться в поликлинике за медицинской помощью?»		
	24.10.22	Дидактические игры: «Правила поведения в природе».			Наблюдение за растениями. С/Р игра «Лаборатория изготовления гербария».	
	28.10.22	Игровое моделирование правил поведения в местах отдыха.			Игровое моделирование правил поведения в местах отдыха. Игровые проблемные ситуации с целью обучения умений следить за своим внешним видом «Как ходить без шнурков», «Нужно ли застегивать сандалии.	
	Ноябрь	01.11.21	Дидактическая игра: «Вот, мы какие!»	Дидактическая игра: «Календарь эмоций»	Спектакль в картинках по произведению В. Осевой «Вежливое слово».	Дидактическая игра: «Магазин вежливых слов» Игровая обучающая ситуация «Лесное происшествие» Введение понятий: «честность», «правдивость».
07.11.22		Дидактическая игры природоведческого содержания: «Кто, где живёт?» Игра-инсценировка: «Кто как кричит?»		Рассказы детей о домашних питомцах: «Наши верные друзья». Исследовательские игры в Находилки. Рассказы детей о домашних питомцах: «Наши верные друзья».		
21.11.22					Сюжетно-ролевая игра «Телевидение».	
Декабрь	12.12.22	Дидактическая игра: «Выложи из снежинок дорожку для зайчика и лисички»		Маршрутная игра «В поисках клада Волшебницы Зимы»		
Январь	09.01.23			Дидактическая игра «Четыре стихии»	Дидактическая игра «Четыре стихии»	

					Игровая программа «В гости к деду Водяному»
	23.01.23	Игры лего – конструирование: «Военная машина».	Дидактические игры: «Подбери военному форму», «Военные машины». Лего - конструирование «Военная машина».		
Февраль	17.02.23	«Садовники и огородники» Уход за растениями «Огород на подоконнике»	Создание условий для возникновения театрализованной самостоятельной игры детей старшего дошкольного возраста (5–7 лет) «История, которую придумали дети», её «запуск» и сопровождение» «Лаборатория огородных наук» овощные и зерновые культуры.		
	20.02.23	Дидактическая игра: «Умный светофор».	Игровое моделирование «Дорога, пешеходный переход».		
	24.02.23	Игры «Масленицы»: «Масленичные горелки», «Гори, гори ясно!», «Заря - зарница».			
Март	13.03.23 – 31.03.23	Проект «Метеостанция» и клумба с цветами-«барометрами».			
	20.03.23		Игровая мини - викторина по сказкам К. Чуковского.		
	24.03.23	Прогулка трудовая акция «Чистый двор»			
	27.03.23	Хороводные игры «У наших у ворот всегда хоровод»			
Апрель	10.04.23		Дидактическая сюжетная игра: «Инопламенный космический корабль»	Сюжетно-ролевая игра «Исследователь и космоса»	Дидактическая игра с Котом Астрономом. Викторина «Путешествие по Созвездиям»
	17.04.23		Дидактические сюжетные игры: «Академия наук»; «Лаборатория огородных наук» овощные и зерновые культуры.		
Май	12.05.23	Сюжетные игры, «Поездка на автобусе», «Экскурсия по городу (места отдыха горожан)», «Театр», «Цирк», «Музей».	Дидактические игры: «Путешествие на разных видах транспорта» Сюжетные игры: «Поездка на автобусе», «Экскурсия по городу (места отдыха горожан)», «Театр», «Цирк», «Музей».		
	15.05.23	Дидактическая игра: «Где я спрятала игрушку» (на плане - фото группы)	Литературно - музыкальный салон «Мой любимый город»	Дидактическая игра: «Найди свой дом на карте микрорайона (на схеме)»,	
Июнь	01.06.22 - по режиму	Оздоровительные процедуры «Мы, играя, не скучаем, своё тело закаляем».			
Июль	05.07.23	Сюжетные игры: «В гости к Домовенку Кузе» (русская народная изба, русская народная одежда, мебель, предметы быта)			

	19.07.23	Сюжетно-ролевая игра «Моряки»	Сюжетно-ролевая игра «Подводники»
	26.07.23	Игровая ситуация «В гости к Витаминке»	
Август	07.08.22	Дидактическая сюжетная игра «Строим новый дом».	Дидактическая сюжетная игра «Юный кораблестроитель».
	14.08.23	Квест ко дню физкультурника «Спортивные снаряжения»	

Приложение 2.

Особенности возраста детей 4-го года жизни

Младший дошкольный возраст – важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

Психологи обращают внимание на «кризис трех лет», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок – взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контакте со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого – поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпения по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я – молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности воспитатель помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Игра – любимая деятельность младших дошкольников. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В связи с возникновением разнообразных форм совместных игр создаются благоприятные условия для коллективных взаимоотношений детей.

В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность.

Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за педагогом, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также заботиться о развитии ловкости.

Особенности возраста детей 5-го года жизни.

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость. Увидев перевозбуждение ребенка, воспитатель, учитывая слабость тормозных процессов детей 4-5 лет, переключает его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ребенку восстановить силы и успокоиться.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает необходимость в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неосильности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают

умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий.

На уровне познавательного общения дети испытывают острую потребность в уважительном отношении со стороны взрослого. Замечено, что дети, не получившие от воспитателя ответов на волнующие их вопросы, начинают проявлять черты замкнутости, негативизма, непослушания по отношению к старшим. Иными словами, нереализованная потребность общения с взрослым приводит к негативным проявлениям в поведении ребенка.

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, воспитатель широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом воспитатель исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей. Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком – в этом проявляется одна из особенностей детей. Воспитатель становится свидетелем разных темпов развития детей: одни дольше сохраняют свойства, характерные для младшего возраста, перестройка их поведения и деятельности как бы замедляется, другие, наоборот, взрослеют быстрее и начинают отчетливо проявлять черты более старшей возрастной ступени.

У детей 4-5 лет ярко проявляется интерес к игре. Игра усложняется по содержанию, количеству ролей и ролевых диалогов. Дети уверенно называют свою игровую роль, действуют в соответствии с ней.

Значительное время отводится для игр по выбору детей. Задача воспитателя – создать возможности для вариативной игровой деятельности через соответствующую предметно-развивающую среду: разнообразные игрушки, предметы-заместители, материалы для игрового творчества, рациональное размещение игрового оборудования.

Воспитатель выступает носителем игровых традиций и ненавязчиво передает их детям, прежде всего в совместных играх воспитателя с детьми. В обстановке игры своим примером воспитатель показывает детям, как лучше договориться, распределить роли, как с помощью развития сюжета принять в игру всех желающих.

Игровая мотивация активно используется воспитателем в организации деятельности детей. Все виды развивающих образовательных ситуаций проходят либо в форме игры, либо составлены из игровых приемов и действий. В силу особенностей наглядно-образного мышления среднего дошкольника предпочтение отдается наглядным, игровым и практическим методам, слова

педагога сопровождаются разнообразными формами наглядности и практической деятельностью детей.

У детей этого возраста наблюдается пробуждение интереса к правилам поведения, о чем свидетельствуют многочисленные жалобы-заявления детей воспитателю о том, что кто-то делает что-то неправильно или не выполняет какое-то требование. Неопытный воспитатель иногда расценивает такие заявления ребенка как «ябедничество» и отрицательно к ним относится. Между тем «заявление» ребенка означает, что он осмыслил требование как необходимое и ему важно получить авторитетное подтверждение правильности своего мнения, а также услышать от воспитателя дополнительные разъяснения по поводу «границ» действия правила. Обсуждая с ребенком случившееся, мы помогаем ему утвердиться в правильном поведении. Вместе с тем частые заявления-жалобы детей должны служить для воспитателя сигналом просчетов в его работе по воспитанию дружеских отношений и культуры поведения в группе.

Воспитатель пробуждает эмоциональную отзывчивость детей, направляет ее на сочувствие сверстникам, эмоциональную взаимопомощь. Дети отличаются повышенной чувствительностью к словам, оценкам и отношению к ним взрослых. Они радуются похвале, но на неодобрение или замечание часто реагируют остро- эмоционально: вспышками гнева, слезами, воспринимая замечания как личную обиду. Ранимость ребенка 4-5 лет – это не проявление его индивидуальности, а особенность возраста. Воспитателю необходимо быть очень внимательным к своим словам, к интонации речи при контактах с ребенком и оценке его действий. В первую очередь – подчеркивать успехи, достижения и нацеливать на положительные действия.

На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей воспитателя является постепенное формирование представлений о поведении мальчика и девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

Внимательное, заботливое отношение педагога к детям, умение поддержать их познавательную активность и развить самостоятельность, организация разнообразной деятельности составляют основу правильного воспитания и полноценного развития детей в средней группе детского сада.

Особенности возраста детей 6-го года жизни

Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7-10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. 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. Воспитатель уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка не постоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней

гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течении шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы – возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более выносливым психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью). Дети начинают чаще по собственной инициативе воздерживаться от нежелательных действий. Но в целом способность к произвольной регуляции своей активности все еще выражена недостаточно и требует внимания взрослых.

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры. Начинается освоение разнообразных спортивных упражнений. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группировки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На 6-ом году жизни ребенка его движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучивания упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания воспитателя, пытаюсь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. При разумной педагогической направленности оно оказывает большое влияние на развитие личностных качеств ребенка.

В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры.

Более активно проявляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи. Дети стремятся договариваться между собой для достижения конечной цели. Педагогу необходимо помогать детям в освоении конкретных способов достижения взаимопонимания на основе учета интересов партнеров.

Однако нередко поведение детей этого возраста обуславливаются возникающие мотивы соперничества, соревнования. Возможны даже случаи негативного отношения детей к тем, кто хуже справляется с выполнением задания. Развитие моральных и волевых качеств детской личности – важная сторона педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания.

Особенности возраста детей 7-го года жизни

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Достижения детей седьмого года жизни 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.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме воспитатель обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливания. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятным и аккуратным, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровье-сберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правила поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачивать, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторые правила ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т.п.)

Старший дошкольный возраст – время активного социального развития детей. В этот период начинает складываться личность с ее основными компонентами. На протяжении дошкольного возраста ребенок проходит огромный путь – от отделения себя от взрослого («Я сам») до открытия своей внутренней жизни, своих переживаний, самосознания.

Дети 6-7 лет перестают быть наивными и непосредственными, становятся более закрытыми для окружающих. Часто они пытаются скрыть свои истинные чувства, особенно в случае неудачи, обиды, боли. «Мне совсем не больно», - говорит упавший мальчик, сдерживая слезы. Причиной таких изменений является дифференциация (разделение) в сознании ребенка его внутренней и внешней жизни. Все это необходимо учитывать в подходе к ребенку.

На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие взаимоотношений детей со сверстниками. Дети предпочитают совместную деятельность индивидуальной.

В подготовительной группе в совместной деятельности дети осваивают разные формы сотрудничества: договариваются, обмениваются мнениями; чередуют и согласовывают действия; совместно выполняют одну операцию; контролируют действия партнера, исправляют его ошибки; помогают партнеру, принимают замечания партнера, исправляют свои ошибки. В процессе совместной деятельности дошкольники приобретают практику равноправного общения, опыт руководства и подчинения, учатся достигать взаимопонимания.

В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Детям становится доступна вся игровая палитра: сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные игры, игры с готовым содержанием и правилами, подвижные и музыкальные игры.

Старшие дошкольники выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий. Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду – в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими.

Воспитатели старшей и подготовительной групп решают задачи становления основных компонентов школьной готовности: развития стремления к школьному обучению, самостоятельности и инициативы, коммуникативных умений, познавательной активности и общего кругозора, воображения и творчества, социально-ценностных ориентаций, укрепления здоровья будущих школьников.

Воспитателю следует особо подчеркивать, какими умными, умелыми и самостоятельными становятся дети, как успешно и настойчиво они готовятся к школе, сравнивать их новые достижения с их прежними, недавними возможностями. Это становится стимулом для развития у детей чувства самоуважения, собственного достоинства, так необходимых для полноценного личностного становления и успешного обучения в школе.

Приложение № 3

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОШКОЛЬНИКОВ- КАК СРЕДСТВО ПРИОБЩЕНИЯ ИХ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Каждый детский эксперимент имеет строго определённую структуру.

Примерная структура занятия - экспериментирования в образовательной области «Физическое развитие»:

- постановка проблемы;
- выдвижение гипотез (возможные пути решения);
- проведение опыта, эксперимента;
- анализ и обобщение полученных результатов (подтвердилось - не подтвердилось);
- формулирование выводов.

В ходе экспериментальной деятельности необходимо наблюдать за детьми, за их желанием самостоятельно экспериментировать, с помощью наводящих вопросов формировать умение выделять главное, сравнивать объекты (например, футбольный и волейбольный мячи), находить между ними сходство и различия. В образовательной деятельности по физическому развитию с детьми старшего дошкольного возраста можно проводить следующие эксперименты:

- измерение расстояния большими и маленькими шагами;
- сравнение упругости мячей при ударе об пол;
- определение сложности преодоления препятствия в зависимости от его ширины и высоты и т.д.

По окончании экспериментов у детей обычно возникает множество вопросов, в основе которых лежит познавательный мотив.

Внедрение детского экспериментирования в практику детских дошкольных учреждений объединяет все образовательные области в единую систему и на сегодняшний день является одним из эффективных методов познания, наиболее полно соответствующим природе ребенка и отвечающим современным задачам обучения.

В нашей работе мы убедились в эффективности организации исследовательской деятельности дошкольников, реализовав цикл исследований в области «Физическое развитие» с детьми дошкольного возраста.

Цикл исследований «Для чего нужны лыжи?»

Цели:

- укрепить знания детей о лыжах и пользе занятий по лыжной ходьбе и бегу;
- доказать в ходе исследования, что изначально лыжи были созданы для облегчения передвижения по снегу, а потом уже, как вид спорта;
- развивать стремление заниматься лыжными видами спорта;
- приобщать родителей к проведению совместных спортивных мероприятий.

Эксперимент № 1 «КТО БЫСТРЕЕ»

Предложить детям соревноваться и проверить, чья команда быстрее дойдет до финиша: «лыжники» (дети на лыжах) или «бегуны» (дети без лыж). Затем дети меняются местами и проводят эксперимент еще раз.

По итогам эксперимента подвести детей к выводу, что для ходьбы на лыжах нужна специальная подготовка. Без подготовки ходить и бегать на лыжах тяжело. Скорость спортсменов-лыжников выше, чем скорость бегунов, так как спортсмены регулярно тренируются и следят за своим здоровьем.

Эксперимент № 2 «ШАГАЕМ ПО СУТРОБАМ»

Два участника эксперимента стоят на глубоком снежном насте: один в лыжах, другой без них. Остальные дети – зрители. Они выдвигают гипотезы, кто первым придет к финишу. По сигналу педагога дети одновременно начинают идти по насту, затем прекращают движение.

В конце эксперимента подвести итог: в лыжах удобнее и проще пройти по глубокому снегу, так как ноги не проваливаются, снег выдерживает лыжи на поверхности.

Эксперимент № 3 «НА ЛЫЖАХ ПО АСФАЛЬТУ»

На прогулке провести эксперимент, исследуя возможности использования лыж без снега. Выбрать двух участников эксперимента, остальные дети - наблюдатели. Они могут предполагать, кто быстрее закончит эксперимент.

Один ребенок стоит в лыжах на асфальте, другой – в лыжах на снегу. По сигналу вместе начинают двигаться. По команде прекращают движение и подводят итог.

Итог эксперимента: лыжи используются, как средство передвижения только в зимний период, когда лежит снег. Без снега лыжи двигаться не могут. Показать картинки с изображением лыж на колесах, рассказать, кто ими пользуется.

Эксперимент № 4 «ЛЫЖИ РАЗНЫЕ НУЖНЫ. ЛЫЖИ РАЗНЫЕ ВАЖНЫ»

В эксперименте участвуют несколько детей. Заранее необходимо приготовить несколько видов лыж: детские, взрослые, охотничьи, скейтборд и др. Предложить детям покататься на разных лыжах и сказать, в каких удобно, а в каких нет.

Итог исследования: Люди используют разные лыжи. Не все лыжи годятся для спортивной ходьбы. На скейтборде могут кататься только подготовленные люди, он используется для спуска с пологих склонов. Для детей удобны маленькие и легкие лыжи. Для охотников придумали широкие лыжи, которые могут двигаться по рыхлому снегу.

Эксперимент № 5. «ЛИХИЕ ЛЫЖНИКИ»

Разделить детей на две команды. Им предстоит соревноваться в забеге на лыжах. Только одна команда бежит на лыжах с помощью палок, а другая без них. Затем палки передать другой команде и для сравнения провести эксперимент еще раз. В конце соревнования спросить, кому было бежать легче, а кому труднее.

Подвести итог: лыжные палки нужны для облегчения ходьбы лыжника. Они служат опорой, помогают передвигаться по снегу и удерживать равновесие.

По окончании экспериментов необходимо обобщить результаты с детьми:

1. Лыжный спорт актуален только зимой, когда есть снежный покров.
2. Лыжи бывают разные: спортивные, беговые, охотничьи; детские и др. Лыжники, тренируясь в теплое время года, используют специальные лыжи на роликах.
3. Лыжи созданы человеком для облегчения передвижения по глубокому снегу.
4. Лыжные палки нужны для удержания равновесия и быстрого передвижения по снегу.

5. Для детей используются специальные детские лыжи, а для взрослых – большие. Лыжи должны соответствовать росту человека.

Приведем пример ещё одного исследования, осуществленного с детьми старшего дошкольного возраста.

Цикл исследований «Мое тело»

Цели:

- познакомить детей со строением человеческого организма;
- воспитывать желание быть красивым и здоровым;
- формировать у детей бережное и заботливое отношение к собственному здоровью и здоровью других людей;
- дать знания о строении тела человека, о его болезнях, ценностях человеческой жизни.

Эксперимент № 1. «СИЛЬНЫЕ НОЖКИ»

Дети делятся на две команды. По команде инструктора одна команда замирает на месте, стоя на двух ногах, а другая – на одной. Для сравнения и подведения итогов, команды выполняют противоположные задания.

Цель эксперимента: доказать, что ноги служат человеку опорой и удерживают тело в равновесии. На одной ноге устоять тяжелее, чем на двух. Человек без нижних конечностей не сможет передвигаться. Подвести детей к выводу, что ноги нужно укреплять, заниматься бегом или спортивной ходьбой.

Эксперимент № 2. «ЦИРКАЧИ»

Перед проведением эксперимента можно опросить детей, кто дольше простоит на мяче и почему? А затем провести эксперимент.

В эксперименте могут участвовать два ребенка или две подгруппы, в зависимости от наличия оборудования. Одному участнику эксперимента дается задание встать двумя ногами на узкую сторону скамейки или мяч (необходима страховка), руки служат балластом равновесия. Второй участник встает двумя ногами на фитбол, при этом руками держится за опору (шведская стенка). Необходима страховка. Остальные дети наблюдают, кто дольше удержится (при правильном проведении эксперимента, ребенок на фитболе должен простоять дольше). Если участник эксперимента, стоявший на фитболе, опускает руки, он теряет равновесие и падает.

Цель эксперимента: показать детям, что для удержания равновесия большую роль играют и руки. На узких, скользких, не ровных поверхностях служат балластом, и помогают человеку удержать равновесие.

Эксперимент № 3. Просмотр иллюстраций или видеофильма на тему: «МОИ СИЛЬНЫЕ НОГИ»

Показать человека в разные периоды его жизни: младенчество – когда он совсем маленький и не умеет ходить; взрослая жизнь – человек ходит, занимается спортом, плавает, прыгает, и т. д.; и пожилого человека – с проблемами при ходьбе (опираясь на трость или костыли, сгорбившись и переваливаясь с ноги на ногу). Подвести итог: человек рождается и не умеет удерживать равновесие (не сидит, не ходит, не бегает). По мере роста и укрепления организма он учится ходить и в дальнейшем может заниматься спортом, ходить под куполом цирка, преодолевать разные препятствия. Если не заниматься спортом, не укреплять конечности, то к старости человеку будет тяжело удерживать равновесие. Ноги перестанут слушаться человека, и передвигаться можно будет только при помощи опоры (трость, костыли).

Эксперимент № 4 «ОЛОВЯННЫЙ СОЛДАТИК»

В эксперименте участвует один или несколько детей. Предложить ребенку встать на мягкую неустойчивую поверхность (подушка, мат). Затем дается задание: попытаться сохранить равновесие, стоя на одной ноге. Можно эксперимент усложнить, если ребенку завязать глаза и опустить руки.

Цель эксперимента: доказать, что все движения человека согласованы. За координацией движений отвечает головной мозг. Он дает указания мышцам.

Эксперимент № 5. «МОЕ СЕРДЦЕ»

Предложить детям сжать кулак, чтобы определить размер своего сердца. Дети показывают расположение сердца в своем теле и слушают биение сердца товарища. Можно измерить пульс с помощью тонометра. Дальше дети выполняют подвижную разминку или играют в подвижные игры. Затем вновь измеряют пульс и слушают биение сердца.

Итог эксперимента: сердечная мышца – это главная мышца человеческого организма, без сердца человек не сможет жить. Чтобы сердце было здоровым, его нужно беречь и тренировать.

По итогам проведенных циклов исследования инструктор по физической культуре обобщает выводы и проводит анализ ожидаемых результатов:

- увеличение объема двигательных умений и навыков;
- повышение физической работоспособности, творческого потенциала, укрепление здоровья;
- активизация двигательной деятельности детей, стремление к самосовершенствованию;
- возрастание заинтересованности педагогов, родителей, детей, что в совокупности дает достижение высоких спортивных результатов.

Список литературы:1. Иванова Е. В. Проектная деятельность в детском саду. – Издательство «Учитель» - 2015.

2. Исакова Н. В. Развитие познавательных процессов у старших дошкольников. - Детство – Пресс – 2013.

3. Мартынова Е. А., Сучкова И. М. Организация опытно – экспериментальной деятельности детей 2-7 лет. - Волгоград: Учитель – 2011.