


муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Лазорики» г.Волгодонска
(МБДОУ ДС «Лазорики» г.Волгодонска)

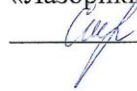
УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ ДС
«Лазорики» г.Волгодонска

Е.В. Воропаева
_____ 2022г.



ПРИНЯТА:
на заседании педагогического совета
МБДОУ ДС «Лазорики»
г.Волгодонска

Протокол № 1 от «31» 08 2022 г.

Рабочая программа по реализации основной общеобразовательной
программы дошкольного образовательного учреждения образовательная
область «Физическое развитие» направление «Физическая культура» для
детей дошкольного возраста (с 3 до 7 лет)

СОГЛАСОВАНА:
Старший воспитатель МБДОУ ДС
«Лазорики» г.Волгодонска


СОСТАВЛЕНА:
Инструктор по физической культуре
Максимова О.В.

2022г.

г.Волгодонск

Оглавление

1. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.....	4
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики...5	
1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....	5
2. Содержательный раздел.....	8
2.1. Описание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие».....	8
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.....	11
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	12
2.4. Особенности взаимодействия инструктора по ФК с семьями воспитанников.....	12
3. Организационный раздел.....	14
3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.....	14
3.2. Режим дня.....	15
3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	19
4. Дополнительный раздел Программы.....	20
5. Приложения.....	21

- **Целевой раздел**

- **Пояснительная записка**

Рабочая программа, по развитию детей от 3 до 7 лет разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ ДС «Лазорики» г.Волгодонска.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа предполагает комплексностью подхода, обеспечивая развитие детей во всех взаимодополняющих образовательных областях (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие).

Направлена на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в то числе связанной с выполнением упражнений,

направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

1.1.1. Цели и задачи реализации программы

Рабочая программа имеет цели: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

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

Срок реализации 2022-2023 учебный год.

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

- 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;
- 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. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- строится с учетом региональных особенностей организации образовательного процесса;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

В Программе учитываются следующие подходы:

Деятельный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмов развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение ценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДОУ имеют реабилитационную направленность.

Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

Соответствуют программе дошкольного образования.

От 3 до 4 лет для занятий с детьми (Младшая группа)

От 4 до 5 лет для занятий с детьми (Средняя группа)

От 5 до 6 лет для занятий с детьми (Старшая группа)

От 6 до 7 лет для занятий с детьми (Подготовительная группа)

• Планируемые результаты освоения Программы

Результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);
- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет

разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

В планируемые результаты освоение Программы «Физическое развитие» выступает ежегодный мониторинг, который проводится два раза в год - в сентябре и мае. Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой форме. Физическими (двигательными) качествами называются отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека: быстрота, сила, гибкость, выносливость и ловкость. Уровень развития основных двигательных качеств и навыков считается важным показателем физического развития дошкольников.

Цель: Определить уровень развития основных двигательных качеств и навыков детей.

Задачи:

1. определить ловкость и координацию движения при подбрасывании и ловле мяча
2. определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места
3. оценить скоростные качества ребенка и его реакцию в беге на 10 метров
4. оценить скоростные качества в беге на 30 м
5. определить скоростно-силовые качества в метании
6. определить ловкость и координацию движения при подбрасывании и ловле мяча
7. оценить ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола.

Нормативы для определения физического развития детей:

1. бег 10 м.
2. бег 30 м.
3. прыжки в длину с места.
4. метание набивного мяча стоя из-за головы двумя руками.
5. подъем в сед из положения лежа за 30 сек.
6. подбрасывание и ловля мяча стоя двумя руками.
7. отбивание мяча стоя

Все результаты заносятся в диагностическую карту по физическому воспитанию, и оценивается уровень физического развития каждого ребенка (см. Приложение 1).

- **Содержательный раздел**

- **Описание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие».**

Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе, связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- развивать основные движения во время игровой активности детей.

Ходьба (крестным шагом, выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4 – 6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки

прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами).

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед (много скоки); через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах : повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, сидя по-турецки, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом 1 кг; отбивание мяча об пол, о землю продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4 – 5 м, в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на 5 – 8 м.

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; лазание по веревочной лестнице).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6 – 10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных

положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в опоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаясь дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок крестно; на носок - на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; приседать вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу; пытаться рисовать, удерживая карандаш пальцами ног).

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности в двигательной сфере;

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;
- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта.

В качестве результатов **физического развития** на уровне целевых ориентиров выступают следующие:

- у детей *младенческого и раннего возраста* развиты крупная (общая) моторика, стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.); интерес к тактильно-двигательным играм;

- у ребенка *дошкольного возраста* развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физкультурной, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

- **Формы , способы, методы и средства реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей у детей.**

Сборник подвижных игр от 2 до 7 лет. Малоподвижные игры и игровые упражнения от 3 до 7 лет. Оздоровительная гимнастика от 3 до 7 лет.

Программы построены на подвижных играх и игровых упражнениях, включающих самые разнообразные двигательные действия.

Основные задачи:

- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование привычек здорового образа жизни.

Спортивные игры: баскетбол, футбол, городки, хоккей, настольный теннис, бадминтон.

- **Способы и направления поддержки детской инициативы.**

Поддержка детской инициативы определяется продуманной системой, скоординированной работой всех специалистов

образовательного учреждения: педагога-психолога, воспитателей, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре. В свете новых изменений в Федеральном законодательстве наша деятельность направлена с действиями Федеральных государственных стандартов к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиями ее реализации.

Детская инициатива – это создание условий для всестороннего развития ребенка, для обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Поставленная цель требует решения задач. Задачи коррекционно-развивающей работы решаются в соответствии с ФГОС на основе интеграции образовательных областей.

Физическая культура:

-совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, зрительно-пространственной координации;
-профилактика и преодоление вторичных отклонений в двигательной сфере. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни ребенка в семье и в дошкольном учреждении. В режиме предусмотрены игры, развлечения на воздухе. Решаются задачи развития ориентировке в пространстве, развитие мелкой моторики рук.

Работая каждый специалист

педагог решает задачи в образовательной области. Создается оптимальное равновесие между образовательными воздействиями и индивидуальными возможностями ребенка.

- **Особенности взаимодействия инструктора по ФК с семьями воспитанников.**

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьёй:

- Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.

- Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на спортивные праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.
- Совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных объединений, семейных праздников, прогулок, к участию детской проектной деятельности.
- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);
- Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
- Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
- Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
- Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом.

- Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду.

План работы с родителями по спорт мероприятиям и рекомендациям на сайте (см. Приложение 2)

- **Организационный раздел**
 - **Материально-техническое обеспечение Программы**

В ДОУ имеются один спортивный зал, он предназначен для проведения групповых занятий и индивидуальной работы, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований.

Оборудование для физкультурных занятий: разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей.

Режим жизнедеятельности детей раннего возраста

(холодный период)

Режимные моменты	от 1,5 до 2 лет	от 2 до 3 лет
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность.	06.30 - 08.00	06.30 - 08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00 - 08.30	08.00 – 08.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.30 - 08.50	08.35 – 09.00
Организованная детская деятельность со специалистами	08.50 - 9.20 (по подгруппам)	09.00 – 09.30 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.20 - 9.30	09.30 - 09.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30 - 11.05	09.40 - 11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.05 - 11.20	11.10 - 11.25
Подготовка к обеду, обед	11.20 - 11.50	11.25 – 11.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50 - 15.00	11.50 - 15.00

Постепенный подъем, закаливающие процедуры, игры, самостоятельная деятельность и организованная детская деятельность	15.00 - 15.20	15.00 - 15.40
Уплотненный полдник	15.20 - 15.40	15.40 - 16.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой	15.40 - 18.30	16.00 - 18.30

Режим жизнедеятельности детей дошкольного возраста (холодный период)

Режимные моменты	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность.	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-08.00
Утренняя гимнастика, подготовка к завтраку, завтрак	08.00-08.40	08.00-08.45	08.00-08.50	08.00-08.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.40-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00	08.55-09.00
Организованная детская деятельность со специалистами	09.00-9.40	09.00-09.50	09.00-10.00	09.00-10.50
Второй завтрак	09.40-09.50	09.50-10.00	10.00-10.10	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	09.50-11.30	10.00-11.40	10.10-11.50	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.45	11.40-11.55	11.50-12.10	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.10	11.55-12.20	12.10-12.35	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00	12.20-15.00	12.35-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, игры, самостоятельная деятельность и организованная детская деятельность	15.00-15.30	15.00-15.45	15.00-15.50	15.00-16.00
Уплотненный полдник	15.30-	15.45-16.05	15.50-16.10	16.00-16.20

	15.50			
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой	15.50-18.30	16.05-18.30	16.10-18.30	16.20-18.30

**Режим жизнедеятельности детей раннего возраста
(тёплый период)**

Режимные моменты	от 1,5 до 2 лет	от 2 до 3 лет
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность.	06.30 - 08.00	06.30 - 08.00
Утренняя гимнастика, подготовка к завтраку, завтрак	08.00 – 08.30	08.00 – 08.35
Выход на прогулку, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	08.30 – 9.55	08.35 – 10.00
Второй завтрак	9.55 - 10.05	10.00 - 10.10
Выход на прогулку, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.05 - 11.20	10.10 - 11.25
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20 - 11.50	11.25 - 11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50 - 15.00	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, игры	15.00 - 15.20	15.00 - 15.25
Уплотненный полдник	15.20 - 15.40	15.25 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	15.40 - 18.30	15.45 - 18.30

**Режим жизнедеятельности детей дошкольного возраста
(тёплый период)**

Режимные моменты	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность.	06.30 - 08.00	06.30 - 08.00	06.30-8.00	06.30-8.00
Утренняя гимнастика, подготовка к завтраку, завтрак	08.00–08.40	08.00–08.45	08.00-8.50	08.00-8.55
Выход на прогулку, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	08.40–10.05	08.45–10.10	8.50-10.15	8.55-10.20
Второй завтрак	10.05-10.15	10.10-10.20	10.15-10.25	10.20-10.30
Выход на прогулку, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.15-12.10	10.20-12.20	10.25-12.25	10.30-12.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.40	12.20-12.50	12.25-12.55	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	11.55-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, игры	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.45	15.00-15.50
Уплотненный полдник	15.20-15.40	15.25-15.45	15.45-16.05	15.50-16.10
Игры, самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	15.40-18.30	15.45-18.30	16.05-18.30	16.10-18.30

- **Организация развивающей предметно–пространственной среды.**

Развивающая предметно пространственная среда ДОУ — это, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребёнка в детском саду, состояние его физического и психического здоровья, успешность его дальнейшего образования. Использование разнообразных физкультурных и спортивно -игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведёт к увеличению интенсивности, двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и состояние

здоровья ребёнка.

Материалы и оборудования для двигательной активности: для ходьбы, бега и равновесия; для прыжков; для бросания и ловли; для ползания и лазания; для общеразвивающих упражнений.

Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами спортивными, оздоровительным оборудованием, инвентарём (в соответствии со спецификой программы)

Организации для образовательного пространства обеспечивает двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях. В наборе спортивно игровых комплексов: гимнастическая стенка, канат, верёвочная лестница, трапеция, кольца, бревно, спортивная скамья, доска, батут и тд.

Научно-методическое обеспечение Программы определяется в соответствии с направлениями развития детей. Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические, визуальные и аудиовизуальные.

В учреждении имеются следующие технические средства обучения и воспитания: набор музыкальный центр, интерактивная доска, проектор, к использованию которых предъявляется ряд требований, а именно, необходимо избегать длительного применения ТСО в целях предотвращения утомления детей и рационально сочетать их с другими средствами обучения.

- **Дополнительный раздел Программы.**

Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с требованиями ФГОС инструктором по физической культуре на основе образовательной программы ДОУ и определяет содержание и организацию образовательной деятельности.

Рабочая программа ориентирована на детей от 3 до 7 лет.

Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии с примерной общеобразовательной программой дошкольного образования.

Рабочая программа имеет цели: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

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

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- 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;
- 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. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

- строится с учетом региональных особенностей организации образовательного процесса;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

В Программе учитываются следующие подходы:

- Деятельный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.
- Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение ценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДООУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.
- Компетентный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.
- Интегративный подход дает возможность развивать познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму.