

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №36 комбинированного вида
Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Решением Педагогического
совета
Протокол № 2
от 29.05.2024г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 75
от 29.05.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
по реализации
Адаптированной образовательной программы
дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи

Возраст детей: 4 - 5 года (средняя группа)
Направленность группы: компенсирующая (для детей с ТНР)
Срок реализации программы: 2024-2025 год

Авторы: Денисова М. А.
Чигринская Я.В.,
инструктора по физической
культуре

Санкт-Петербург
2024г.

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель программы.....	3
1.3. Принципы построения программы по ФГОС и ФОП ДО.....	3
1.4. Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».....	5
1.5. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.....	6
1.6. Планируемые результаты освоения Программы.....	8
1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе.....	8
2. Содержательный раздел.....	9
2.1. Методы и приемы обучения.....	9
2.2. Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах.....	12
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	13
2.4. Календарно-тематическое планирование.....	Ошибка! Закладка не определена.
2.5. Учебный план.....	16
2.6. План работы с родителями.....	17
2.7. Особенности организации образовательного процесса.....	18
2.8. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности.....	19
2.9. Дистанционная работа.....	21
3. Организационный раздел.....	22
3.1. Предметно – пространственная среда.....	22
3.2. Режим дня.....	23
3.3. Сетки непрерывной образовательной деятельности по корпусам.....	Ошибка! Закладка не определена.
3.4. СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	25
3.5. Перечень литературы и методических материалов.....	32
Приложение	

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по развитию детей средней группы разработана в соответствии с Положением о рабочей программе педагога и на основе Основной образовательной программы детского сада № 36.

Рабочая программа по развитию детей средней группы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 4 до 5 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям ФООП ДО, ФГОС ДО - физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

1.2. Цель программы

Создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в разных видах деятельности, творческой самореализации. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

Приоритетными задачами развития и воспитания детей являются:

- укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ его двигательной и гигиенической культуры;
- целостное развитие ребенка как субъекта посильных дошкольнику видов деятельности:
- обогащенное развитие ребенка, обеспечивающее единый процесс социализации, индивидуализации с учетом детских потребностей, возможностей и способностей;
- развитие на основе разного образовательного содержания эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию, готовности к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках;
- развитие познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению, развитие умственных способностей и речи ребенка;
- пробуждение творческой активности и воображения ребенка, желания включаться в творческую деятельность;
- органичное вхождение ребенка в современный мир, разнообразное взаимодействие дошкольников с различными сферами культуры: с изобразительным искусством и музыкой, детской литературой и родным языком, экологией, математикой, игрой;
- приобщение ребенка к культуре своей страны и воспитание уважения к другим народам и культурам;
- приобщение ребенка к красоте, добру, ненасилию, ибо важно, чтобы дошкольный возраст стал временем, когда у ребенка пробуждается чувство своей сопричастности к миру, желание совершать добрые поступки.

1.3. Принципы построения программы по ФГОС и ФООП ДО.

1. Принцип полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
2. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.

3. Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
4. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Принцип сотрудничества с семьей.
6. Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
7. Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
8. Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
9. Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей. Каковы научные основы и базовые идеи.

Рабочая программа, инструктора по физической культуре, разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДОУ, возрастных особенностей детей.

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности»

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуется физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с ФГОС.

Возрастной подход.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложить усилия для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

1.4. Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.

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

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа

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

1.5.Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей

Средний дошкольный возраст (4 - 5 лет). Дети 4 - 5 лет все еще не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, как надо и не надо себя вести. Как правило, к пяти годам дети без напоминания взрослого здороваются и прощаются, говорят «спасибо» и «пожалуйста», не перебивают взрослого, вежливо обращаются к нему. Кроме того, они могут по собственной инициативе убирать игрушки, выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как положено себя вести девочкам и как - мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своем собственном. Таким образом, поведение ребенка 4 - 5 лет не столь импульсивно и непосредственно, как в 3 - 4 года, хотя в некоторых ситуациях ему все еще требуется напоминание взрослого или сверстников о необходимости придерживаться тех или иных норм и правил.

В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приема пищи, уборки помещения. Дошкольники знают и используют по назначению атрибуты, сопровождающие эти процессы: мыло, полотенце, носовой платок, салфетку, столовые приборы. Уровень освоения культурно-гигиенических навыков таков, что дети свободно переносят их в сюжетно-ролевую игру.

К 4 - 5 годам ребенок способен элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности, аргументируют ее по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платьица, у меня короткая прическа»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространенных мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах.

К четырем годам основные трудности в поведении и общении ребенка с окружающими, которые были связаны с кризисом трех лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое, и любознательный ребенок активно осваивает окружающий его мир предметов и вещей, мир человеческих отношений. Лучше всего это удастся детям в игре. Дети 4 - 5 лет продолжают проигрывать действия с предметами, но теперь внешняя последовательность этих действий уже соответствует реальной действительности: ребенок сначала режет хлеб и только потом ставит его на

стол перед куклами (в раннем и в самом начале дошкольного возраста последовательность действий не имела для игры такого значения). В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В 4 - 5 лет сверстники становятся для ребенка более привлекательными и предпочитаемыми партнерами по игре, чем взрослый.

В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов. К пяти годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребенок уже может произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим.

В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребенку необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Внимание становится все более устойчивым, в отличие от возраста трех лет (если ребенок пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу - первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. В 5 лет он может запомнить уже 5 - 6 предметов (из 10 - 15), изображенных на предъявляемых ему картинках.

В возрасте 4 - 5 лет преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого, встречаются в мультфильмах и т. д. Элементы продуктивного воображения начинают складываться в игре, рисовании, конструировании.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах (почему? Зачем? Для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера.

Возможность устанавливать причинно-следственные связи отражается в детских ответах в форме сложноподчиненных предложений. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью. Общение со сверстниками по-прежнему тесно переплетено с другими видами детской деятельности (игрой, трудом, продуктивной деятельностью), однако уже отмечаются и ситуации чистого общения.

Для поддержания сотрудничества, установления отношений в словаре детей появляются слова и выражения, отражающие нравственные представления: слова участия, сочувствия, сострадания. Стремясь привлечь внимание сверстника и удержать его в процессе речевого общения, ребенок учится использовать средства интонационной речевой выразительности: регулировать силу голоса, интонацию, ритм, темп речи в зависимости от ситуации общения. В процессе общения со взрослыми дети используют правила речевого этикета: слова приветствия, прощания, благодарности, вежливой просьбы, утешения, сопереживания и сочувствия. Речь становится более связной и последовательной.

С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребенка) в управлении поведением ребенка становится возможным решение более сложных задач в области безопасности. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость

поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

В художественной и продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на произведения музыкального и изобразительного искусства, художественную литературу, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных, сказочных персонажей. Дошкольники начинают более целостно воспринимать сюжеты и понимать образы.

Важным показателем развития ребенка-дошкольника является изобразительная деятельность. К четырем годам круг изображаемых детьми предметов довольно широк. В рисунках появляются детали. Замысел детского рисунка может меняться по ходу изображения. Дети владеют простейшими техническими умениями и навыками. Конструирование начинает носить характер продуктивной деятельности: дети замысливают будущую конструкцию и осуществляют поиск способов ее исполнения.

1.6. Планируемые результаты освоения Программы

К пяти годам: Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Ребенок испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.

1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений (далее - педагогическая диагностика развития ребенка). Это профессиональный инструмент педагога, цель которого получение обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе. Педагогическая диагностика основана на методе наблюдения и включает:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности.

Для проведения педагогической диагностики для каждой возрастной группы используется пособие Верещагиной Н.В. («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 2 - 3 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 2 - 3 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 3 - 4 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 4 - 5 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 5 - 6 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 6-7 лет в группе детского сада»). Используются общепринятые критерии развития детей каждой возрастной группы и уровневый подход к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл/уровень, тем больше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей. Система педагогической диагностики содержит 5 образовательных областей, соответствующих Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования: «Социально-коммуникативное развитие», «познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности в группе общеобразовательной, компенсирующей направленности и при необходимости

индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания ООПДО.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, в октябре и апреле. Подробное описание технологии работы с таблицами имеется в альбомах Верещагиной Н.В., которые в свою очередь находятся в каждой возрастной группе ДОУ.

2. Содержательный раздел

2.1. Методы и приемы обучения

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания.

К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Таковыми организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
 1. традиционная
 2. тренировочная
 3. игровая
 4. сюжетно-игровая
 5. с использованием тренажеров
 6. по интересам на выбор детей
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня; активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

- Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.
- Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
- Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
- Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
- С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.
- Вся физкультурно-оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ 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.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), 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:

«Социально - коммуникативная» - 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.

«Познавательная»-активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

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, сердечно сосудистой, дыхательной и других систем;
- 3.Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

2.2. Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах.

Модель физического воспитания в средней группе

Формы организации	Средняя группа
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут)
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 10-15 минут
4. Закаливающие процедуры 5. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна
2. Физкультурные занятия	
2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по 20 минут
2.3. Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 прогулка
3. Спортивный досуг	
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
3.2. Спортивные праздники	2 раза в месяц
3.3. Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц

2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

В развитии детской инициативы и самостоятельности воспитателю важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремлению к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- «дозировать» помощь детям (если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае);
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Средняя группа

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 исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать. Педагог специально насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы (например, определить, влажные или сухой песок, годится ли он для постройки; отобрать брусочки такой ширины, чтобы по ним одновременно проезжали 2 или 3 машины и пр.). В своих познавательных интересах ребенок средней группы начинает выходить за рамки конкретной ситуации. Возраст «почемучек» проявляется в многочисленных вопросах детей к воспитателю: «Почему?», «Зачем?», «Для чего?». Развивающееся мышление ребенка, способность устанавливать простейшие связи и отношения между объектами пробуждают широкий интерес к окружающему миру. Нередко ребенок многократно обращается к педагогу с одними и теми же вопросами, чтобы докопаться до волнующей его истины, и от воспитателя требуется большое терпение, чтобы снова и снова давать ответы. Доброжелательное, заинтересованное отношение взрослого к детским вопросам и проблемам, готовность «на равных» обсуждать их, помогает, с одной стороны, поддерживать и направить

детскую познавательную активность в нужное русло, с другой – укрепляет доверие дошкольников к взрослому.

Много внимания уделяется развитию творческих способностей детей – в игре, в изобразительной, музыкальной, театральной, исполнительской деятельности. Внимательное, заботливое отношение воспитателя к детям, умение поддерживать их познавательную активность и развить самостоятельность, организация разнообразной деятельности составляют основу правильного воспитания и полноценного развития детей в средней группе детского сада. Важно, чтобы у ребенка всегда была возможность выбора игры, а для этого набор игр должен быть достаточно разнообразным и постоянно меняющимся.

В свободной деятельности дети по желанию выбирают интересные занятия в организованных в группе игровых зонах. По мере того как дети учатся решать возникающие перед ними задачи, у них развивается самостоятельность и уверенность в себе. Дети испытывают большое удовлетворение, когда им удается выполнить без помощи взрослого действия, которые еще совсем недавно их затрудняли. Эти маленькие победы педагог всегда высоко оценивает.

2.4. Календарно-тематическое планирование

месяц	неделя	дата	Лексическая тема
сентябрь	1 неделя	02.09.2024-06.09.2024	Здравствуй детский сад!
	2 неделя	09.09.2024-13.09.2024	Моя семья
	3 неделя	16.09.2024-20.09.2024	Что такое дружба?
	4 неделя	23.09.2024-27.09.2024	Осень Признаки осени.
октябрь	1 неделя	30.09.2024-04.10.2024	Лес Грибы Ягоды
	2 неделя	07.10.2024-11.10.2024	Огород. Овощи
	3 неделя	14.10.2024-18.10.2024	Сад. Фрукты
	4 неделя	21.10.2024-25.10.2024	Комнатные растения
	5 неделя	28.10.2024-01.11.2024	Человек. Части тела
ноябрь	1 неделя	04.11.2024-08.11.2024	Одежда.
	2 неделя	11.11.2024-15.11.2024	Обувь.
	3 неделя	18.11.2024-22.11.2024	Мой дом Мебель.
	4 неделя	25.11.2024-29.11.2024	Посуда.
декабрь	1 неделя	02.12.2024-06.12.2024	Зима. Признаки зимы.

	2 неделя	09.12.2024-13.12.2024	Зимующие птицы
	3 неделя	16.12.2024-20.12.2024	Игрушки.
	4 неделя	23.12.2024-27.12.2024	Новый год.
	5 неделя	30.12.2024-31.12.2024	Зимние забавы.
Январь	1 неделя	09.01.2025-10.01.2025	Домашние птицы
	2 неделя	13.01.2025-17.01.2025	Домашние животные.
	3 неделя	20.01.2025-24.01.2025	Дикие животные.
	4 неделя	27.01.2025-31.01.2025	Профессии Трудовые действия
февраль	1 неделя	03.02.2025-07.02.2025	Транспорт
	2 неделя	10.02.2025-14.02.2025	Профессии на транспорте
	3 неделя	17.02.2025-21.02.2025	Защитники Отечества
	4 неделя	24.02.2025-28.02.2025	Профессии. Продавец.
март	1 неделя	03.03.2025-07.03.2025	Мамин праздник. Семья
	2 неделя	10.03.2025-14.03.2025	Весна. Признаки весны.
	3 неделя	17.03.2025-21.03.2025	Домашние животные весной
	4 неделя	24.03.2025-28.03.2025	Дикие животные весной
апрель	1 неделя	31.03.2025-04.04.2025	Перелетные птицы
	2 неделя	07.04.2025-11.04.2025	Космос
	3 неделя	14.04.2025-18.04.2025	Первые весенние цветы.
	4 неделя	21.04.2025-25.04.2025	Насекомые
	5 неделя	28.04.2025-30.04.2025	Правила дорожного движения.
май	1 неделя	05.05.2025-07.05.205	День Победы
	2 неделя	12.05.205-16.05.2025	Аквариумные рыбки.
	3 неделя	19.05.2025-23.05.2025	Лето. Цветы на лугу
	4 неделя	26.05.2024-30.05.2025	Наш город-Санкт-Петербург Моя улица
месяц	неделя	дата	Тема проектной недели

июнь	1 неделя	02.06.2025 06.06.2025	«Детство-это я и ты»
	2 неделя	09.06.2025 11.06.2025	«Россия-родина моя»
	3 неделя	16.06.2025 20.06.2025	«Про лучшего друга»
	4 неделя	23.06.2025 27.06.2025	«Правила дорожные знать каждому положено» Зеленый огонек.
июль	1 неделя	30.06.2025 04.07.2025	«Ладочки на асфальте»
	2 неделя	07.07.2025 11.07.2025	«Семена альбом»
	3 неделя	14.07.2025 18.07.2025	«Солнце воздух и вода-наши лучшие друзья»
	4 неделя	21.07.2025 25.07.2025	«Бюро находок»
	5 неделя	28.07.2025 01.08.2025	«Бумажные кораблики»
август	1 неделя	04.08.2025 08.08.2025	«По лесным тропинкам»
	2 неделя	11.08.2025 15.08.2025	«Наблюдение за облаками»

2.5. Учебный план.

№	Образовательные ситуации и занятия в неделю	Время одного занятия	Количество занятий и время в неделю		Количество занятий и время в год	
1.	Двигательная деятельность	20 мин	3	60 мин	153	3 060 мин

2.6 План работы с родителями.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями.

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.

Взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Знакомить родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

План взаимодействия с родителями

Месяц	Содержание
Сентябрь 2024г., Апрель 2025г.	Встреча с родителями «Дорога без опасности»
Декабрь 2024г.	Новогодние встречи
Февраль, Март 2025г.	Мастер-классы, открытые показы
Январь, Февраль, Апрель 2025г.	Консультации

В теч. всего учебного года	Совместные образовательные проекты
----------------------------	------------------------------------

2.7. Особенности организации образовательного процесса.

Структура образовательного процесса включает следующие компоненты: непосредственно образовательная деятельность (использование термина «непосредственно образовательная деятельность» обусловлено формулировками СанПиН); образовательная деятельность в режимных моментах; самостоятельная деятельность детей; образовательная деятельность в семье. Непосредственно образовательная деятельность реализуется в совместной деятельности взрослого и ребенка в ходе познавательно-исследовательской деятельности, её интеграцию с другими видами детской деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, продуктивной, а также чтения художественной литературы). Совместная образовательная деятельность педагогов и детей Самостоятельная деятельность детей Образовательная деятельность в семье Непосредственно образовательная деятельность Образовательная деятельность в режимных моментах физкультурные занятия: игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, Решение образовательных задач в ходе режимных моментов Деятельность ребенка в разнообразной, гибко меняющейся предметно- развивающей и игровой среде Решение образовательных задач в семье 20 математики, конструирования, контрольно-диагностические, учебно- тренирующего характера, с использованием тренажеров, нестандартного оборудования; физкультминутки Ежедневный объём непосредственно образовательной деятельности определяется регламентом этой деятельности (расписание), которое ежегодно утверждается заведующим и согласовывается с Управлением образования. Общий объем учебной нагрузки деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН. Модель образовательного процесса Комплексно-тематическая модель Комплексно–тематический принцип образовательного процесса определяется Научной концепцией дошкольного образования (под ред. В. И. Слободчикова, 2005 год) как основополагающий принцип для структурирования содержания образования дошкольников. Авторы поясняют, что «...тема как сообщаемое знание о какой-либо сфере деятельности, представлено в эмоционально-образной, а не абстрактно- логической форме». Темы придают системность и культуросообразность образовательному процессу. Реализация темы в комплексе разных видов деятельности (в игре, рисовании, конструировании и др.) призывает взрослого к более свободной позиции – позиции партнера, а не учителя. Особо подчеркнём, что комплексно- тематическая модель образовательного процесса предъявляет очень высокие требования к общей культуре, гибкости, творческому потенциалу и интуиции взрослого, без которых модель просто не работает. В основу организации образовательных содержаний ставится тема, которая выступает как сообщаемое знание и представляется в эмоционально-образной форме. Реализация темы в разных видах детской деятельности («проживание» ее ребенком) вынуждает взрослого к выбору более свободной позиции, приближая ее к партнерской. Набор тем определяет учитель-логопед и это придает систематичность всему образовательному процессу. Модель предъявляет довольно высокие требования к общей

культуре и творческому и педагогическому потенциалу педагога, так как отбор тем является сложным процессом.

2.8. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности.

№ п/п	Наименование дисциплин, входящих в заявленную образовательную программу	Количество обучающихся, изучающих данную дисциплину	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных ресурсов (видео, аудио, программное обеспечение и т.п.)	Количество
1	2	3	4	5
	Нормативные документы			
1			Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017)	
2			ФООП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)	
3			Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"	
4			Санитарные правила и нормы	
5			Бабаева Т. И., Гогоберидзе А. Г., Солнцева О. В.«Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2014	
	ОО Социально – коммуникативное развитие			
1			Чермашенцева О.В., Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование, рекомендации – Волгоград: Учитель, 2008	1
2			Авдеева Н. Н., Князева О. Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
3			Гурин Ю.В., Моница Г.Б., Игры для детей от трех до семи лет – СПб.: Речь, 2008	1
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
5			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель	1
	ОО Познавательное развитие			

1			Презентации (Зимние виды спорта с загадками ,история о юдвижения) флешка	1
2			Презентация история олимпийского движения флэшшка	1
3			Воронкевич О. А. «Добро пожаловать в экологию», «Детство - Пресс», 2007	1
6			Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в подготовительной группе детского сада: Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ – Воронеж, 2007	1
13			Ривина Е.К., Государственные символы России: Материалы для занятий с детьми дошкольного возраста – М.: Аркти, 2009	1
14			Баранникова О.Н. Уроки гражданственности и патриотизма в детском саду: Практическое пособие – М.: Аркти, 2007	1
15			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
16			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
17			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель,	1
18			Атлас «Все о здоровье»	1
19			Маханева М.Д. «Здоровый ребенок» М.; Аркти 2004.	
	<i>ОО Речевое развитие</i>			
1			Речь с движением картотека	
2			Презентации (Зимние виды спорта с загадками флэшшка	
3			Степаненкова Э.Я Теория и методика физического воспитания	
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	
5			Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.; 1994	
6			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
	<i>ОО Художественно – эстетическое развитие</i>			
1			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: Детство-Пресс», 2008	1
2			Речь с движением картотека	1
3			ЩебекоВ.Н,Ермак Н.Н Физкультурные праздники в д.саду	1
4			ЩербакА.И. Тематические физкультурные занятия и праздники в д.саду	1
	<i>ОО Физическое развитие</i>			
1			Авдеева Н. Н., Князева О, Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
2			Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в д.саду. Мозаика-Синтез,2009-2010	1
3			Валентинов В., 150 веселых игр, Спб, 2002	1

4			Кострыкина Л. Ю., Рыкова О. Г., Корнилова Т. Г. Малыши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста.	1
5			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
6			Литвинова М. Ф. Русские народные подвижные игры	1
7			Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	1
8			Нищева Н.В., Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики.	1
9			Интернет ресурсы: • http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html • http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitel'naja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povyshenija-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html	

2.9. Дистанционная работа

При реализации программы могут использоваться как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проходят по группам или индивидуально: система дистанционного обучения.

В целях обеспечения доступности и непрерывности оказания образовательной услуги для обучающихся во исполнение договора об образовании на обучение по АООПДО в случае возникших обстоятельств непреодолимой силы, влекущие официальное приостановление образовательной деятельности учреждения, что делает невозможным оказание образовательных услуг в очной форме, предусмотрен переход на дистанционное обучение.

Дистанционная форма обучения целесообразно использовать в образовательном процессе для воспитанников:

- имеющих ограничения возможностей здоровья и не имеющих возможности регулярно посещать образовательное учреждение;
- временно находящихся в другом от основного места проживания месте (длительная командировка родителей, отпуск и прочее, во время отсутствия по болезни, в условиях введения карантина, в связи с погодными явлениями или высоким уровнем заболеваемости).

Дистанционные занятия и материалы размещаются на электронных ресурсах для дистанционного обучения:

- электронная почта
- облачный сервис Google диск
- мессенджеры WatsApp, Zoom

В день образовательной услуги родителям на электронный адрес приходит ссылка на папку, размещенную в облачном хранилище. Папка имеет название - дату занятия. Внутри папки документ Word с описанием, что нужно для занятия и его ход со всеми пояснениями. Так же внутри папки расположен Видео ролик с занятием.

В случае возникновения вопросов - родители могут связаться с педагогом через электронную почту или WhatsApp, так же один раз в неделю (день недели и время оговариваются с родителями отдельно) проходят Zoom- консультации для родителей, дети которых занимаются дистанционно, для выявления трудностей, ответов на вопросы, обобщение и закрепление материала.

3. Организационный раздел

3.1. Предметно – пространственная среда

Важным критерием оценки деятельности дошкольной организации является созданная предметно-пространственная развивающая среда. В дошкольном учреждении создан комплекс материально-технических, санитарно-гигиенических, эстетических, психолого-педагогических условий, обеспечивающих организацию жизни детей с целью обеспечения жизненно важных потребностей формирующейся личности.

Развивающая предметно-пространственная среда

- содержательно-насыщенная,
- трансформируемая,
- полифункциональная,
- вариативная,
- доступная
- безопасная.

Имеет привлекательный вид, выступает в роли естественного фона жизни ребенка, снимает утомляемость, положительно влияет на эмоциональное состояние, помогает ребенку индивидуально познавать окружающий мир, дает возможность ребенку заниматься самостоятельной деятельностью. Обогащена элементами стимулирующими познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей для наиболее эффективного развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов уровня активности.

Среда является важным фактором воспитания и развития детей. Организация предметно-игрового пространства и предметно-развивающей среды является необходимым условием для формирования игровой и познавательной деятельности ребенка. Задача дошкольного учреждения состоит в том, чтобы создать такую предметно-развивающую среду, которая обеспечивала бы ребенка всевозможным материалом для его активного участия в разных видах деятельности. Оборудование помещений и территории ДООУ должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим.

Оборудование физкультурного зала	• шведская стенка; • гимнастические скамейки; • гантели;
----------------------------------	--

	• гимнастические палки; • мячи большие; • мячи малые; • мячи фитбол; • мячи массажеры; • мяч футбольный; • мячи набивные • погремушки; • ленточки; • скакалки; • кегли; • кирпичики; • бруски; • флажки • кубы; • ребристая доска; • маты; • тоннель • мешочки с грузом • кубики маленькие • кубики большие • канат • обруч большой, малый • гимн. скамейка • шнур длинный • щит баскетбольный
Атрибуты для подвижных и спортивных игр, эстафет.	• маски; • клюшки; • шайбы; • якоря • машины
Развивающая среда	• Папки-передвижки(тематические) • Российский флаг (большой) • Российские флажки (маленькие) • Олимпийская символика • Иллюстрации с зимними и летними видами спорта • Тематический материал • Картотека подвижных игр • Разрезные тематические картинки • Карточки с спортивными атрибутами

3.2. Режим дня

Режим дня		
Утренняя гимнастика.	ежедневно	воспитатели групп

Физкультурные занятия в зале и на улице.	по расписанию	инструктор по физической культуре
Подвижные и спортивные игры на прогулке.	ежедневно	воспитатели групп
Двигательные разминки и физкультминутки.	ежедневно	воспитатели групп
Гимнастика после сна.	ежедневно	воспитатели групп
Индивидуальная работа с детьми.	ежедневно	инструктор по физической культуре, воспитатели групп
Самостоятельная двигательная активность детей.	ежедневно	воспитатели групп
Физкультурные досуги.	1 раз в месяц	инструктор по физической культуре
Физкультурные праздники.		инструктор по физической культуре, воспитатели групп, музыкальный руководитель.

3.3. Сетки непрерывной образовательной деятельности о корпусам

Сетка непрерывной образовательной деятельности (центральный корпус) на 2024-2025гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 _____ /Якушева И.К./

Дни недели	«Теремок» I младшая группа	«Солнышко» II младшая группа	«Почемучки» Средняя группа	«Фантазеры» Старшая группа	«Родничок» Подготовительная группа	«Светлячок» Подготовительная группа
ПНД утром	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.40 <i>Физкультурное занятие</i>	10.50-11.20 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.30 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер	17.00-17.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц			15.45-16.10 Спортивный досуг 1 раз в месяц	16.20-16.50 Спортивный досуг 1 раз в месяц	
ВТ						
СРД						
ЧТВ	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.40 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.30 <i>Физкультурное занятие</i>	10.50-11.20 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер		16.55-17.10 Спортивный досуг 1 раз в месяц	16.25-16.45 Спортивный досуг 1 раз в месяц			15.45-16.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц
ПТН вечер						

Дни недели	«Теремок» I младшая группа	«Солнышко» II младшая группа	«Родничок» Средняя группа	«Светлячок» Средняя группа	«Почемучки» Старшая группа	«Фантазеры» Подготовительная группа
ПНД утром	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.35 <i>Физкультурное занятие</i>	10.45-11.10 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.30 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер	17.00-17.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц			16.25-16.50 Спортивный досуг 1 раз в месяц		15.45-16.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц
ВТ						
СРД						
ЧТВ	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.25 <i>Физкультурное занятие</i>	10.45-11.15 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер		17.00-17.20 Спортивный досуг 1 раз в месяц	16.25-16.50 Спортивный досуг 1 раз в месяц		15.45-16.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц	
ПТН вечер						

Сетка непрерывной образовательной деятельности (2-ой корпус) на 2024-2025гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 _____ /Якушева И.К/

Дни недели	«Малышок» I младшая группа	«Капельки» II младшая группа	«Звездочки» Средняя группа	«Непоседы» Подготовительная группа	«Шустрики» Старшая группа
ПНД					
ВТ	9.25-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.00-9.15 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.50-11.20 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.40 <i>Физкультурное занятие</i>
СРД		15.30-15.45 Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	15.55-16.15 Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	17.00-17.30 Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	16.25.16.50 Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)
ЧТВ					
ПТН		9.00-9.15 <i>Физкультурное занятие</i>	9.25-9.45 <i>Физкультурное занятие</i>	10.35-11.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.00-10.25 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер					
Дни недели	«Малышок» I младшая группа	«Капельки» II младшая группа	«Звездочки» Средняя группа	«Непоседы» Подготовительная группа	«Шустрики» Старшая группа

Сетка непрерывной образовательной деятельности (1-ый корпус) на 2024-2025гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 _____ /Якушева И.К/

Дни недели	«Лучики» Младшая группа	«Кузнечики» Средняя группа	«Колокольчики» Подготовительная группа
ПНД	09.00-09.20 <i>Физкультурное занятие</i>	09.30-09.55 <i>Физкультурное занятие</i>	10.05-10.30 <i>Физкультурное занятие</i>
ВТ			
СРД	15.45-16.00 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	16.10-16.30 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	16.40-17.10 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)
<i>Вечер</i>			
ЧТВ	09.00-09.20 <i>Физкультурное занятие</i>	09.30 09.55 <i>Физкультурное занятие</i>	10.05-10.30 <i>Физкультурное занятие</i>
ПТН			

3.4. СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
----------	--------------------	-------------------	----------------------	----------------------

I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физической культуре
2.	Физическая культура	Все группы	3 раза в зале	Инструктор по физической культуре
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
7.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания,	Все группы	В неблагоприятные периоды осень-весна возникновения инфекции	Старшая медсестра

	утренние фильтры, работа с родителями)			
2.	Кварцевание групп и спортивно-музыкального зала	ежедневно	В течение года	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
6.	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	Всем детям	В течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7.	Профилактические посещения стоматологического кабинета	По назначению	По назначению	Медсестра
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях физкультуры и перед сном	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре,
2.	Фитонцидотерапия(лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Медицинская сестра, младшие воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели

3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно 10.00	Младшие воспитатели, воспитатели

3.5 Перечень литературы и методических материалов.

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 36 комбинированного вида
Кировского административного района Санкт-Петербурга

**Рабочая программа по реализации основной адаптированной образовательной
программы с детьми младшей, средней, старшей, подготовительной гр.**

№ п/ п	Наименование дисциплин, входящих в заявленную образовательную программу	Количе- ство обучаю- щихся, изучаю- щих данную дисципл ину	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных ресурсов (видео, аудио, программное обеспечение и т.п.)	Коли- чество
1	2	3	4	5
	Нормативные документы			
1			Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017)	
2			ФООП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)	
3			Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"	
4			Санитарные правила и нормы	
5			Бабаева Т. И., Гогоберидзе А. Г., Солнцева О. В.«Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2014	
	<i>ОО Социально – коммуникативное развитие</i>			
1			Чермашенцева О.В., Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование, рекомендации – Волгоград: Учитель, 2008	1
2			Авдеева Н. Н., Князева О. Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
3			Гурин Ю.В., Моница Г.Б., Игры для детей от трех до семи лет – СПб.: Речь, 2008	1
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1

5			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель	1
	<i>ОО Познавательное развитие</i>			
1			Презентации (Зимние виды спорта с загадками ,история о юдвижения) флешка	1
2			Презентация история олимпийского движения флэшкa	1
3			Воронкевич О. А. «Добро пожаловать в экологию», «Детство - Пресс», 2007	1
6			Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в подготовительной группе детского сада: Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ – Воронеж, 2007	1
13			Ривина Е.К., Государственные символы России: Материалы для занятий с детьми дошкольного возраста – М.: Аркти, 2009	1
14			Баранникова О.Н. Уроки гражданственности и патриотизма в детском саду: Практическое пособие – М.: Аркти, 2007	1
15			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
16			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
17			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель,	1
18			Атлас «Все о здоровье»	1
19			Маханева М.Д. «Здоровый ребенок» М.; Аркти 2004.	
	<i>ОО Речевое развитие</i>			
1			Речь с движением картотека	
2			Презентации (Зимние виды спорта с загадками флэшкa	
3			Степаненкова Э.Я Теория и методика физического воспитания	
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	
5			Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.; 1994	
6			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
	<i>ОО Художественно – эстетическое развитие</i>			
1			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: Детство-Пресс», 2008	1
2			Речь с движением картотека	1
3			ЩебекоВ.Н,Ермак Н.Н Физкультурные праздники в д.саду	1
4			ЩербакА.И. Тематические физкультурные занятия и праздники в д.саду	1
	<i>ОО Физическое развитие</i>			

1			Авдеева Н. Н., Князева О. Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
2			Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в д.саду. Мозаика-Синтез,2009-2010	1
3			Валентинов В., 150 веселых игр, Спб, 2002	1
4			Кострыкина Л. Ю., Рыкова О. Г., Корнилова Т. Г. Малыши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста.	1
5			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
6			Литвинова М. Ф. Русские народные подвижные игры	1
7			Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	1
8			Нищева Н.В., Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики.	1
9			Интернет ресурсы: • http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html • http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitel'naja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povyshenija-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html	

Оборудование физкультурного зала	• шведская стенка; • гимнастические скамейки; • гантели; • гимнастические палки; • мячи большие; • мячи малые; • мячи фитбол; • мячи массажеры; • мяч футбольный; • мячи набивные • погремушки; • ленточки; • скакалки; • кегли; • кирпичики; • бруски; • флажки • кубы; • ребристая доска; • маты; • тоннель • мешочки с грузом • кубики маленькие • кубики большие
----------------------------------	---

	• канат • обруч большой, малый • гимн. скамейка • шнур длинный • щит баскетбольный
Атрибуты для подвижных и спортивных игр, эстафет.	• маски; • клюшки; • шайбы; • якоря • машины
Развивающая среда	• Папки-передвижки(тематические) • Российский флаг (большой) • Российские флажки (маленькие) • Олимпийская символика • Иллюстрации с зимними и летними видами спорта • Тематический материал • Картотека подвижных игр • Разрезные тематические картинки • Карточки с спортивными атрибутами