

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 49 «Весёлые нотки» городского округа Тольятти

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2026 г.

с учетом мнения Совета родителей
МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»
протокол № 1 от 01.09.2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом № 173 от 01.09.2026 г.
заведующего МАОУ детского сада
№ 49 «Весёлые нотки»
Т.В. Кирсанова



DN: O="МАОУ детский сад № 49 "Весёлые нотки"", CN="Кирсанова Татьяна Витальевна, заведующий", E=chgard49@edu.tgl.ru
Расположение: 00 fс 39 32 а2 е6 bb а8 6b
Дата: 2026.09.29 11:18:36+04'00'

**Рабочая программа инструктора по физической культуре
групп общеразвивающей направленности
на 2026–2027 учебный год**

Тольятти, 2026

Содержание

I. Целевой раздел Программы.....	3
1.1. Обязательная часть.....	3
1.1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.2. Перечень нормативно-правовых документов.....	5
1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы.....	5
1.1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.....	6
1.1.5. Планируемые результаты освоения Программы.....	8
1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	11
II. Содержательный раздел Программы.....	12
2.1. Обязательная часть.....	12
2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением «Физическое развитие» ФОП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.....	12
2.1.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	27
2.1.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	30
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.....	32
2.3. Программа воспитания.....	35
2.4. Направления и задачи, содержание коррекционно-развивающей работы.....	39
2.5. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	41
2.6. Комплексно-тематическое планирование и сложившиеся традиции организации или Группы, календарный план воспитательной работы.....	44
III. Организационный раздел программы.....	47
3.1. Обязательная часть.....	47
3.1.1. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.....	47
3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	49
3.1.3. Режим и распорядок дня в дошкольных группах, учебный план, календарный учебный график.....	53
3.1.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	85
3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	88
3.2.1. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы.....	88
IV. Дополнительный раздел Программы.....	90
4.1. Возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована АОП ДО.....	90
4.2. Используемые Программы: ФАОП и парциальные программы.....	90
4.3. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей.....	90

I. Целевой раздел Программы

1.1. Обязательная часть

1.1.1. Пояснительная записка

Направленность Рабочей программы инструктора по физической культуре

Рабочая программа инструктора по физической культуре групп общеразвивающей направленности (далее – РПИФК, Рабочая программа) разработана на основе Основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки» городского округа Тольятти (далее – ООП ДО, Учреждение).

Рабочая программа является локальным документом, определяющим содержание, организацию, формы, методы и средства деятельности инструктора по физической культуре по реализации образовательной области «Физическое развитие» с учетом условий Учреждения, возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

РПИФК обеспечивает реализацию содержания ФГОС ДО, ФОП ДО и ООП ДО Учреждения в части физического развития детей дошкольного возраста.

Контингент обучающихся

Рабочая программа предназначена для обучающихся 3–7 лет, посещающих группы общеразвивающей направленности Учреждения:

- вторую младшую группу;
- среднюю группу;
- смешанную дошкольную группу для детей 3–5 лет;
- старшую группу;
- подготовительную к школе группу;
- смешанную дошкольную группу для детей 4–7 лет.
- смешанную дошкольную группу для детей 5–7 лет.

Организация физкультурно-оздоровительной деятельности осуществляется с учетом возраста детей, состояния здоровья, уровня физического и двигательного развития, индивидуальных возможностей и интересов воспитанников.

Срок реализации Рабочей программы

Рабочая программа рассчитана на 2026–2027 учебный год.

Срок реализации: с 01.09.2026 по 31.08.2027.

Актуальность

Физическое развитие является одним из ведущих направлений дошкольного образования и обеспечивает условия для охраны и укрепления здоровья детей, становления двигательного опыта, развития физических качеств, формирования интереса к двигательной активности и ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Рабочая программа позволяет инструктору по физической культуре выстроить целостную систему физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных возможностей детей, индивидуальной динамики их двигательного развития и условий Учреждения.

Особое значение придается формированию у воспитанников положительного отношения к физическим упражнениям, развитию самостоятельности и инициативности в двигательной деятельности, освоению правил безопасного поведения и приобретению опыта взаимодействия со сверстниками в подвижных и спортивных играх.

Ведущая идея Рабочей программы

Создание системы физкультурно-оздоровительной работы, обеспечивающей полноценное физическое развитие ребенка, удовлетворение его естественной потребности в движении и формирование устойчивого интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.

Теоретические основы Рабочей программы

Рабочая программа основывается на положениях ФГОС ДО и ФОП ДО и предусматривает:

- поддержку самооценности дошкольного детства;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- личностно-развивающий характер взаимодействия взрослого и ребенка;

поддержку детской инициативы и самостоятельности;
вариативность форм двигательной деятельности;
сотрудничество с семьей;
единство образовательных, воспитательных и оздоровительных задач;
создание безопасных и благоприятных условий для физического развития;
интеграцию содержания образовательной области «Физическое развитие» с другими направлениями образовательной деятельности.

Цель Рабочей программы

Создание условий для гармоничного физического развития детей 3–7 лет, обогащения их двигательного опыта, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, формирования интереса к физической культуре и основ здорового образа жизни.

Задачи Рабочей программы

Для достижения цели инструктор по физической культуре решает следующие задачи:

- обогащать двигательный опыт детей;
- формировать и совершенствовать основные движения;
- развивать координационные способности, ловкость, быстроту, силу, гибкость и выносливость;
- развивать равновесие, пространственную ориентировку, чувство ритма и темпа;
- способствовать формированию правильной осанки и укреплению опорно-двигательного аппарата;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям;
- развивать самостоятельность, инициативность и двигательную активность;
- формировать умение действовать по правилу, сигналу, показу и словесной инструкции;
- создавать условия для освоения подвижных игр и доступных элементов спортивных игр;
- формировать навыки взаимодействия со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- воспитывать настойчивость, организованность, доброжелательность и взаимопомощь;
- формировать представления о значении двигательной активности для здоровья;
- формировать навыки безопасного поведения при выполнении физических упражнений и использовании спортивного оборудования;
- обеспечивать индивидуальный подход с учетом состояния здоровья и двигательных возможностей ребенка;
- взаимодействовать с воспитателями, педагогами-специалистами и родителями (законными представителями) по вопросам физического развития и укрепления здоровья детей.

Реализация Рабочей программы осуществляется в процессе физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, индивидуальной и подгрупповой работы, физкультурных досугов, праздников, дней здоровья и других форм двигательной активности.

1.1.2. Перечень нормативно-правовых документов

Рабочая программа инструктора по физической культуре групп общеразвивающей направленности разработана в соответствии с действующими нормативными правовыми документами Российской Федерации и локальными нормативными актами Учреждения:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155;
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028; приказ № 1028 официально зарегистрирован 28.12.2022 № 71847.
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации

от 31.07.2020 № 373, с учетом изменений, внесенных приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 01.06.2026 № 384;

- санитарными правилами СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19;
- санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2, с учетом действующих изменений; изменения в этот СанПиН вносились, в частности, в 2025 году.
- Уставом МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»;
- Основной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»;
- Программой развития Учреждения;
- Положением о рабочей программе педагога МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»;
- иными локальными нормативными актами Учреждения, регламентирующими организацию образовательной, физкультурно-оздоровительной и воспитательной деятельности.

Рабочая программа разработана в соответствии со структурой, установленной ФГОС ДО, и включает целевой, содержательный и организационный разделы.

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

1. Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
2. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования.
3. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
4. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Сотрудничество Учреждения с семьей.
6. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
7. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
8. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
9. Учет этнокультурной ситуации развития детей.
10. Поддержка разнообразия детства.
11. Сохранение уникальности и самости детства как важного этапа в общем развитии человека.
12. Позитивная социализация ребенка.
13. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Учреждения и обучающихся.

Указанные принципы реализуются в деятельности инструктора по физической культуре с учетом специфики образовательной области «Физическое развитие», возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, состояния их здоровья и уровня двигательного развития.

При реализации Рабочей программы используются следующие подходы:

1. Индивидуальный подход — учет состояния здоровья, уровня физического и двигательного развития, индивидуального темпа и возможностей каждого ребенка;
2. Деятельностный подход — освоение двигательного опыта в процессе активной практической деятельности ребенка;
3. Личностно-ориентированный подход — создание условий для проявления

- самостоятельности, инициативы, интересов и двигательных возможностей каждого ребенка;
4. Интегративный подход — взаимосвязь физического развития с социально-коммуникативным, познавательным, речевым и художественно-эстетическим развитием;
 5. Вариативный подход — использование различных форм, методов, средств и способов организации двигательной деятельности в зависимости от возраста, возможностей детей и условий Учреждения.

1.1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Рабочая программа инструктора по физической культуре реализуется с воспитанниками 3–7 лет, посещающими группы общеразвивающей направленности.

При организации физкультурно-оздоровительной деятельности учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей, состояние их здоровья, уровень физического и двигательного развития, работоспособность, темп освоения двигательных действий и интерес к различным видам двигательной активности.

Особенности физического и двигательного развития детей 3–4 лет

На четвертом году жизни продолжается активное развитие костно-мышечной системы, формируются основные двигательные стереотипы, создаются предпосылки для формирования правильной осанки и свода стопы. Совершенствуются функции дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Двигательная активность ребенка высока, однако движения еще недостаточно точны и согласованны. Дети осваивают ходьбу, бег, прыжки, ползание, лазанье, действия с мячом и другие основные движения.

В этом возрасте ребенок преимущественно действует по показу взрослого и способен выполнять простую словесную инструкцию. Произвольность поведения только формируется, поэтому для организации двигательной деятельности особенно важны:

- наглядный показ упражнения;
- короткая и понятная инструкция;
- многократное повторение двигательных действий;
- игровые приемы;
- частая смена видов деятельности;
- эмоциональная поддержка со стороны взрослого.

Подвижные игры должны иметь простые правила и понятный двигательный сюжет. Основное внимание уделяется развитию интереса к движению, координации, равновесия, ориентировки в пространстве и освоению основных движений.

Особенности физического и двигательного развития детей 4–5 лет

На пятом году жизни продолжается развитие скелета и мышечной системы, изменяются пропорции тела, совершенствуется пространственная ориентировка и возрастает способность ребенка управлять собственными движениями.

Движения становятся более уверенными и целенаправленными. Совершенствуются ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание и действия с мячом. Постепенно развиваются ловкость, координация, быстрота и способность сохранять равновесие.

Возрастает устойчивость внимания и способность действовать по правилу и словесной инструкции. Дети могут выполнять упражнения в определенной последовательности, ориентироваться на зрительные и звуковые сигналы, участвовать в подвижных играх с более сложными правилами.

В физкультурной деятельности большое значение приобретают:

- развитие координации движений;
- формирование правильной осанки;
- развитие равновесия;
- совершенствование пространственной ориентировки;
- формирование умения действовать совместно со сверстниками;
- развитие самостоятельности при выполнении знакомых двигательных действий.

Особенности физического и двигательного развития детей 5–6 лет

На шестом году жизни значительно расширяются двигательные возможности ребенка.

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, а также зрительно-моторной координации позволяет осваивать более сложные двигательные действия.

Совершенствуются основные движения, становятся более развитыми ловкость, быстрота, сила, гибкость, выносливость и координация.

Дети способны:

- выполнять более сложные сочетания движений;
- действовать в заданном темпе и ритме;
- сохранять и изменять направление движения;
- выполнять упражнения по показу и словесной инструкции;
- контролировать отдельные элементы техники выполнения упражнения;
- участвовать в эстафетах и играх с элементами соревнования;
- согласовывать свои действия с действиями партнеров и команды.

В этом возрасте возрастает значение развития двигательной самостоятельности, самоконтроля, организованности, инициативности и умения соблюдать правила.

При организации физической нагрузки необходимо учитывать индивидуальные различия в темпе развития, уровне выносливости и работоспособности детей.

Особенности физического и двигательного развития детей 6–7 лет

К концу дошкольного возраста уровень развития костной и мышечной систем позволяет ребенку участвовать в более продолжительной и разнообразной двигательной деятельности. Совершенствуется координация движений, глазомер, способность выполнять сложные пространственные программы движений.

Движения становятся более точными, экономичными и целенаправленными. Дети способны контролировать положение тела, регулировать темп и интенсивность двигательной деятельности, выполнять последовательности упражнений и сочетания различных движений.

Совершенствуются:

- координационные способности;
- равновесие;
- быстрота реакции;
- ловкость;
- сила;
- гибкость;
- выносливость;
- пространственная ориентировка;
- двигательная память;
- способность к произвольному контролю движений.

У детей возрастает способность соблюдать правила командных и спортивных игр, планировать собственные действия, взаимодействовать со сверстниками, проявлять настойчивость и самостоятельность.

При организации физкультурно-оздоровительной работы особое внимание уделяется совершенствованию техники основных движений, развитию физических качеств, формированию навыков самоконтроля и безопасного поведения.

Особенности организации физкультурной деятельности в смешанных дошкольных группах

В смешанных дошкольных группах 3–5 лет и 5–7 лет содержание физкультурной деятельности дифференцируется с учетом фактического возраста и двигательных возможностей воспитанников.

Одно двигательное задание может предлагаться детям в нескольких вариантах сложности. Изменяются:

- исходное положение;
- расстояние;
- высота и длина препятствия;
- темп выполнения;
- количество повторений;

- сложность координации;
- правила игры;
- степень самостоятельности ребенка.

Такой подход позволяет организовать совместную двигательную деятельность детей разного возраста, сохраняя доступность физической нагрузки и возможность индивидуального продвижения каждого ребенка.

Индивидуальные особенности физического развития воспитанников

Даже в пределах одной возрастной группы дети могут существенно различаться по уровню двигательного опыта, физической подготовленности, координации, выносливости, темпу освоения новых движений и степени самостоятельности.

Инструктор по физической культуре учитывает эти различия при:

- определении физической нагрузки;
- подборе упражнений и подвижных игр;
- выборе уровня сложности двигательного задания;
- организации индивидуальной и подгрупповой работы;
- предоставлении дополнительного показа или помощи;
- планировании дальнейшей работы.

Физкультурно-оздоровительная деятельность строится таким образом, чтобы каждый ребенок имел возможность активно участвовать в ней, испытывать положительные эмоции от движения и демонстрировать индивидуальную положительную динамику физического и двигательного развития.

1.1.5. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения ООП в каждой возрастной группе

Планируемые результаты реализации Рабочей программы инструктора по физической культуре определяются с учетом планируемых результатов ООП ДО Учреждения, ФОП ДО и содержания образовательной области «Физическое развитие».

Планируемые результаты рассматриваются как возрастные ориентиры возможных достижений ребенка и не являются основанием для формального сравнения детей, проведения промежуточной или итоговой аттестации.

Результаты физического развития оцениваются в индивидуальной динамике с учетом возраста, состояния здоровья, уровня физического и двигательного развития, индивидуального темпа освоения двигательных действий и условий воспитания и обучения ребенка.

Планируемые результаты для детей 3–4 лет

К концу возрастного этапа ребенок:

- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям и подвижным играм;
- охотно включается в двигательную деятельность;
- выполняет основные виды движений в соответствии с возрастными возможностями: ходьбу, бег, прыжки, ползание, лазанье, бросание и прокатывание мяча;
- выполняет простые общеразвивающие упражнения по показу взрослого;
- реагирует на зрительный и звуковой сигнал;
- выполняет движения в общем темпе;
- проявляет развивающуюся координацию движений;
- сохраняет равновесие при выполнении доступных двигательных заданий;
- ориентируется в пространстве физкультурного зала;
- участвует в простых подвижных играх;
- стремится соблюдать доступные правила игры;
- проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности;
- имеет первоначальные представления о пользе движения и необходимости соблюдения правил безопасности.

Планируемые результаты для детей 4–5 лет

К концу возрастного этапа ребенок:

- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, подвижным играм и

спортивному оборудованию;

- проявляет потребность в двигательной активности;
- уверенно выполняет основные движения в соответствии с возрастными возможностями;
- демонстрирует развитие координации, ловкости, быстроты, силы, гибкости и выносливости;
- сохраняет равновесие при выполнении статических и динамических упражнений;
- выполняет упражнения по показу и словесной инструкции;
- ориентируется в пространстве и изменяет направление движения по заданию;
- действует в заданном темпе и реагирует на сигнал;
- участвует в подвижных играх, соблюдая установленные правила;
- проявляет настойчивость при выполнении двигательных заданий;
- переносит освоенные двигательные действия в самостоятельную деятельность;
- имеет элементарные представления о факторах, способствующих сохранению здоровья;
- соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

Планируемые результаты для детей 5–6 лет

К концу возрастного этапа ребенок:

- проявляет устойчивый интерес к физической культуре и двигательным упражнениям;
- демонстрирует выраженную потребность в двигательной активности;
- уверенно выполняет основные виды движений и их сочетания;
- выполняет общеразвивающие, спортивные и музыкально-ритмические упражнения;
- демонстрирует развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости, выносливости и координационных способностей;
- выполняет двигательные действия в заданном темпе и ритме;
- способен контролировать отдельные элементы техники выполнения упражнения;
- сохраняет равновесие и уверенно ориентируется в пространстве;
- участвует в подвижных играх, эстафетах и играх с элементами соревнования;
- соблюдает правила и согласовывает свои действия с действиями сверстников;
- способен самостоятельно организовать знакомую подвижную игру;
- проявляет инициативу и самостоятельность в двигательной деятельности;
- оценивает свое самочувствие и сообщает взрослому о недомогании;
- понимает значение двигательной активности для сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдает правила безопасного поведения во время физических упражнений и игр.

Планируемые результаты для детей 6–7 лет

На этапе завершения дошкольного образования ребенок:

- владеет основными движениями и доступными элементами спортивных игр;
- способен контролировать свои движения и управлять ими;
- демонстрирует соответствующий возрасту уровень развития силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости и координации;
- выполняет физические упражнения точно, последовательно и в заданном темпе;
- способен сочетать несколько двигательных действий;
- сохраняет равновесие при выполнении различных двигательных заданий;
- уверенно ориентируется в пространстве;
- выполняет упражнения по словесной инструкции, образцу и условному сигналу;
- проявляет самостоятельность и инициативу при выборе способов двигательной активности;
- участвует в подвижных, спортивных и командных играх;
- соблюдает правила игры и способен взаимодействовать со сверстниками;
- проявляет настойчивость, организованность, выдержку и элементы самоконтроля;
- способен оценивать качество выполнения знакомых двигательных действий;
- проявляет элементы двигательного творчества;
- соблюдает правила безопасного поведения;
- имеет представления о значении физической активности, режима дня, личной гигиены и

других факторов здорового образа жизни.

Планируемая индивидуальная динамика физического развития

В результате систематической физкультурно-оздоровительной работы предполагается положительная индивидуальная динамика:

- освоения основных движений;
- общей моторики;
- координации движений;
- равновесия;
- ловкости;
- быстроты;
- силы;
- гибкости;
- выносливости;
- пространственной ориентировки;
- чувства ритма и темпа;
- двигательной памяти;
- произвольной регуляции двигательной деятельности;
- самостоятельности и инициативности;
- навыков взаимодействия в подвижных и командных играх;
- интереса к физической культуре и самостоятельной двигательной активности.

Степень достижения указанных результатов индивидуальна и определяется с учетом возрастных возможностей, состояния здоровья и особенностей развития конкретного ребенка.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников

Педагогическая диагностика проводится с целью выявления индивидуальной динамики физического и двигательного развития воспитанников и оценки эффективности педагогических действий инструктора по физической культуре.

Основным методом педагогической диагностики является наблюдение за ребенком в процессе организованной и самостоятельной двигательной деятельности.

В ходе педагогического наблюдения инструктор по физической культуре оценивает:

- освоение основных движений;
- координацию движений;
- равновесие;
- ловкость;
- быстроту;
- силу;
- гибкость;
- выносливость;
- пространственную ориентировку;
- способность действовать по показу, инструкции и сигналу;
- самостоятельность и инициативность в двигательной деятельности;
- умение соблюдать правила подвижных игр;
- навыки взаимодействия со сверстниками;
- интерес и отношение ребенка к физическим упражнениям.

Полученные результаты используются для определения индивидуальной динамики развития ребенка, корректировки содержания физкультурно-оздоровительной работы, подбора уровня двигательной нагрузки и планирования индивидуальной работы.

Результаты педагогической диагностики не используются для сравнения воспитанников между собой, ранжирования детей или проведения промежуточной и итоговой аттестации.

Результаты наблюдений фиксируются в картах педагогической диагностики индивидуального развития воспитанников, используемых в Учреждении.

Перечень оценочных материалов используемых в ДОО.

1. Диагностика индивидуального развития детей (разработчики: педагогический коллектив

Сроки проведения оценки индивидуального развития детей

- 2 раза в год (в начале и в конце учебного года (сентябрь, май)) – оценка эффективности в общеразвивающих группах.

1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, дополняет содержание обязательной части Рабочей программы и реализуется с учетом региональных, национально-культурных и социокультурных особенностей Самарской области и городского округа Тольятти.

В Учреждении реализуется программа патриотического воспитания дошкольников «**Я живу на Самарской земле**» под редакцией О.В. Дыбиной, С.Е. Анфисовой, А.Ю. Кузиной и др.

Инструктор по физической культуре участвует в реализации содержания данной программы средствами физкультурно-оздоровительной, двигательной, игровой и воспитательной деятельности.

Региональный компонент интегрируется в деятельность инструктора по физической культуре через:

- русские народные подвижные игры;
- подвижные игры народов Поволжья и других народов России;
- игры и двигательные упражнения, знакомящие детей с культурными традициями Самарского края;
- физкультурные досуги и праздники региональной и патриотической направленности;
- игровые эстафеты и спортивные мероприятия;
- использование в двигательной деятельности народных игр, считалок и элементов фольклора;
- участие в мероприятиях Учреждения, посвященных родному городу Тольятти, Самарской области, семейным и народным традициям;
- формирование положительного отношения к совместной деятельности, взаимопомощи, сотрудничеству и уважению к культуре и традициям разных народов.
- При реализации регионального содержания учитываются возрастные и индивидуальные особенности воспитанников, состояние их здоровья, уровень физического и двигательного развития.

Содержание программы «Я живу на Самарской земле» включается в физкультурные занятия, подвижные игры, физкультурные досуги, праздники и другие формы двигательной активности в соответствии с комплексно-тематическим планированием и Календарным планом воспитательной работы Учреждения.

Инструктор по физической культуре не реализует содержание программы «Я живу на Самарской земле» в полном объеме, а интегрирует отдельные региональные и воспитательные темы в двигательную деятельность в пределах своей профессиональной компетенции.

Специальная диагностика результатов освоения программы «Я живу на Самарской земле» инструктором по физической культуре не проводится. Результаты деятельности детей учитываются в рамках педагогического наблюдения за их участием в двигательной, игровой и совместной деятельности.

II. Содержательный раздел Программы

2.1. Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением «Физическое развитие» ФОП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания

Содержательный раздел Рабочей программы инструктора по физической культуре определяет содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» с воспитанниками 3–7 лет групп общеразвивающей направленности.

Содержание образовательной деятельности разработано в соответствии с ФОП ДО и

направлено на решение образовательных, оздоровительных и воспитательных задач физического развития детей дошкольного возраста.

Деятельность инструктора по физической культуре направлена на:

- обогащение двигательного опыта детей;
- освоение и совершенствование основных движений;
- развитие психофизических качеств;
- развитие координации, равновесия, ориентировки в пространстве, точности и меткости;
- формирование правильной осанки и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие интереса к физической культуре и различным видам двигательной активности;
- освоение подвижных игр и доступных элементов спортивных игр;
- развитие самостоятельности и инициативности в двигательной деятельности;
- формирование представлений о здоровом образе жизни;
- освоение правил безопасного поведения в процессе двигательной деятельности;
- организацию различных форм активного отдыха.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» реализуется по следующим направлениям:

1. основная гимнастика: основные движения, общеразвивающие, музыкально-ритмические и строевые упражнения;
2. подвижные игры;
3. спортивные упражнения;
4. элементы спортивных игр — в соответствии с возрастом детей и имеющимися условиями;
5. формирование основ здорового образа жизни;
6. активный отдых: физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, прогулки и иные формы двигательной активности.

Конкретное содержание определяется возрастом воспитанников и реализуется с учетом состояния здоровья, индивидуальных двигательных возможностей детей, условий Учреждения, имеющегося оборудования, времени года и климатических особенностей региона.

Физическое развитие

От 3 лет до 4 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной

деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

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

Основные движения:

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

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

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

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см);

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

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки,

на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

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

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

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

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

5) Активный отдых.

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

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

От 4 лет до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

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

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

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

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

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через

предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на пояс; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким поднятием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

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

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

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

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при

спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

От 5 лет до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения

со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

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

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5 - 6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

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

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметов высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; перепрыгивание боком невысоких препятствий (шнур, канат, кубик); выпрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети

самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекалывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекалывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на пояс, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа, легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух - трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

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

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

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручку, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств,

основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая

продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

От 6 лет до 7 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;

воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

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

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

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и

перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому);

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

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

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

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

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами;

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

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекалывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

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

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

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

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

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4 - 5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от

плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "елочкой".

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться

государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

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

Перечень учебных изданий, используемых для реализации ООП ДО

Физическое развитие

№ п/п	Наименование
Основные движения	
1.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Вторая младшая группа (3-4 года). - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
2.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
3.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
4.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет). - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
Подвижные игры и игровые упражнения	
1.	Нищева Н.В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики Издательство «Детство-пресс», Санкт-Петербург 2016г
2.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4

№ п/п	Наименование
	лет . - М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2022 г.
3.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет . - М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2022 г.
4.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет . - М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2022 г.
5.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет . - М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2022 г.
6.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. - М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016.
7.	Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет Издательство «Мозаика-синтез», Москва 2021г
8.	Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5 лет Издательство «Гном», Москва 2017г
Формирование основ здорового образа жизни	
1.	Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании /. – М.: Олма- Пресс, 2015.
2.	Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ Москва 2017г.
3.	Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада Издательство «Детство-пресс», Санкт-Петербург 2014г
4.	Николаева С.О. Занятия по культуре поведения с дошкольниками и младшими школьниками» 2015г.
Наглядно-дидактические пособия	
1.	Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».
2.	Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».
3.	Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».
4.	Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».
5.	Картотека сюжетных картинок. Подвижные игры младший и средний дошкольный возраст. Выпуск 14. Т.А.Гусева, Т.О.Иванова. – СПб: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014
6.	Картотека сюжетных картинок. Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста. Выпуск 34. Т.А.Гусева, Т.О.Иванова. – СПб: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014

2.1.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность инструктора по физической культуре организуется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, состояния их здоровья, уровня физического и двигательного развития, интересов и потребности в двигательной активности.

Основным видом деятельности в рамках Рабочей программы является двигательная деятельность, которая реализуется во взаимосвязи с игровой, коммуникативной, познавательной, музыкально-ритмической и самостоятельной деятельностью детей.

Деятельность инструктора по физической культуре осуществляется в следующих формах:

- физкультурные занятия;
- подвижные игры;
- игры с элементами спорта;
- спортивные упражнения;
- общеразвивающие и строевые упражнения;

- музыкально-ритмические упражнения;
- индивидуальная и подгрупповая работа;
- физкультурные досуги;
- физкультурные праздники;
- дни здоровья;
- игровые эстафеты;
- двигательные маршруты и полосы препятствий;
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- совместные физкультурные мероприятия с родителями;
- участие в традиционных событиях и воспитательных мероприятиях Учреждения.

Совместная деятельность инструктора по физической культуре и детей

Совместная деятельность строится на принципах сотрудничества, поддержки инициативы, уважения к индивидуальному темпу ребенка и создания ситуации успеха.

Инструктор по физической культуре:

- организует двигательную деятельность;
- показывает способы выполнения движений;
- объясняет правила;
- создает игровые и проблемные двигательные ситуации;
- оказывает необходимую помощь;
- поддерживает самостоятельные попытки ребенка;
- поощряет инициативу и двигательное творчество;
- создает условия для взаимодействия детей друг с другом;
- постепенно увеличивает степень самостоятельности воспитанников.

Ребенок выступает активным участником двигательной деятельности, а не только исполнителем готового образца.

Самостоятельная двигательная деятельность

Самостоятельная двигательная деятельность является важной частью физического развития ребенка.

Инструктор по физической культуре создает условия, позволяющие детям самостоятельно:

- выбирать знакомые физические упражнения;
- использовать доступный спортивный инвентарь;
- организовывать подвижные игры;
- выбирать партнеров по игре;
- придумывать варианты знакомых двигательных заданий;
- создавать простые двигательные маршруты;
- повторять понравившиеся упражнения;
- проявлять двигательную инициативу и творчество.

Степень самостоятельности определяется возрастом и возможностями детей.

Игровая культурная практика

Игра является ведущей формой организации двигательной деятельности дошкольников.

В деятельности инструктора по физической культуре используются:

- сюжетные подвижные игры;
- несюжетные подвижные игры;
- игры с правилами;
- народные подвижные игры;
- игры-эстафеты;
- игры с элементами соревнования;
- командные игры;
- игры с мячом;
- игры на ориентировку в пространстве;
- игры на развитие координации, равновесия, ловкости и быстроты.

Игровая форма позволяет решать образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи в доступной и эмоционально привлекательной для ребенка форме.

Спортивно-игровая культурная практика

С детьми старшего дошкольного возраста используются доступные элементы спортивных игр и упражнений.

В зависимости от имеющихся условий и оборудования могут использоваться:

- элементы баскетбола;
- элементы футбола;
- элементы хоккея;
- бадминтон;
- элементы настольного тенниса;
- спортивные упражнения сезонного характера.

Основной целью является не спортивный результат, а обогащение двигательного опыта, развитие физических качеств, взаимодействия, самостоятельности и интереса к спорту.

Музыкально-ритмическая двигательная практика

В содержание физкультурной деятельности включаются музыкально-ритмические упражнения, направленные на развитие:

- чувства ритма;
- согласованности движений;
- выразительности;
- координации;
- способности изменять темп и характер движений в соответствии с музыкой.

Музыкально-ритмические упражнения могут использоваться в разминке, общеразвивающих упражнениях, подвижных играх, досугах и праздниках.

Практика формирования основ здорового образа жизни

В процессе двигательной деятельности детям предоставляется возможность на практическом уровне осваивать представления о здоровье и безопасном поведении.

Инструктор по физической культуре формирует у детей представления:

- о пользе двигательной активности;
- необходимости регулярных физических упражнений;
- правилах безопасного использования спортивного оборудования;
- необходимости соблюдать дистанцию и правила в подвижной игре;
- значении правильной осанки;
- необходимости сообщать взрослому о плохом самочувствии;
- бережном отношении к своему здоровью и здоровью окружающих.

Народные двигательные культурные практики

В физкультурно-оздоровительную деятельность включаются русские народные подвижные игры и доступные детям игры народов России и Поволжья.

Они способствуют:

- развитию физических качеств;
- взаимодействию детей;
- соблюдению правил;
- формированию уважения к культурным традициям;
- приобщению к региональному и национальному культурному наследию.

Событийные и проектные практики

Инструктор по физической культуре участвует в реализации общих событий и проектов Учреждения в тех случаях, когда их содержание связано с двигательной, игровой, спортивной или командной деятельностью.

Содержание таких мероприятий может включать:

- физкультурные праздники;
- тематические эстафеты;
- спортивные досуги;

- народные игры;
- двигательные станции;
- командные задания;
- семейные спортивные мероприятия;
- мероприятия патриотической направленности;
- события проектов, реализуемых в Учреждении.

Поддержка детской инициативы

Поддержка двигательной инициативы является одним из важных условий реализации Рабочей программы.

Инструктор по физической культуре:

- предоставляет ребенку возможность выбора доступных двигательных заданий;
- предлагает несколько вариантов сложности;
- поддерживает самостоятельный выбор способа выполнения упражнения;
- поощряет предложение детьми новых правил и вариантов знакомых игр;
- предоставляет возможность самостоятельно распределять роли;
- побуждает детей договариваться и взаимодействовать;
- поддерживает стремление самостоятельно организовывать знакомые игры;
- поощряет двигательное творчество;
- предоставляет возможность оценить собственный результат и выбрать следующую задачу.

У детей 3–4 лет инициатива проявляется преимущественно в выборе знакомого движения, предмета или игры.

У детей 4–5 лет расширяется возможность самостоятельного выбора двигательных действий и участия в организации знакомых игр.

У детей 5–6 лет поддерживается способность самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать варианты двигательных заданий и взаимодействовать в команде.

У детей 6–7 лет создаются условия для проявления лидерства, самостоятельной организации знакомых игр, выбора способов решения двигательной задачи и оценки результата.

Индивидуализация образовательной деятельности

При организации двигательной деятельности инструктор по физической культуре может изменять:

- сложность упражнения;
- количество повторений;
- расстояние;
- темп;
- исходное положение;
- размер и вес используемого инвентаря;
- способ выполнения;
- степень помощи взрослого.

Это позволяет сохранять общую цель деятельности и одновременно учитывать возможности каждого ребенка.

2.1.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников является одним из условий полноценного физического развития детей и строится на принципах сотрудничества, открытости, уважения к семейным традициям, согласованности действий семьи и Учреждения.

Цель взаимодействия — повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития, двигательной активности, сохранения и укрепления здоровья детей и создание условий для совместной физкультурно-оздоровительной деятельности семьи и Учреждения.

Основными задачами взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников являются:

- информирование родителей о задачах и содержании физического воспитания детей соответствующего возраста;
- ознакомление с особенностями физического и двигательного развития ребенка;
- формирование у родителей представлений о значении ежедневной двигательной активности;
- содействие организации двигательной активности ребенка в семье;
- консультирование по вопросам выбора доступных физических упражнений, подвижных игр и форм активного семейного отдыха;
- информирование о правилах безопасной двигательной деятельности;
- формирование единства требований к физическому воспитанию ребенка в Учреждении и семье;
- привлечение родителей к участию в физкультурных праздниках, досугах, днях здоровья и других совместных мероприятиях;
- поддержка положительного отношения семьи к физической культуре и здоровому образу жизни.

Основные направления взаимодействия

Информационно-аналитическое направление предусматривает получение информации об особенностях двигательной активности ребенка вне Учреждения, интересах семьи, отношении ребенка к физическим упражнениям и запросах родителей по вопросам физического развития.

Полученная информация учитывается при организации физкультурно-оздоровительной деятельности и индивидуальной работы с воспитанниками.

Просветительское направление направлено на повышение компетентности родителей в вопросах:

- возрастных особенностей физического развития детей;
- значения двигательной активности;
- развития основных движений и физических качеств;
- профилактики недостаточной двигательной активности;
- формирования правильной осанки;
- организации активного семейного отдыха;
- безопасного использования спортивного оборудования;
- формирования у ребенка положительного отношения к физической культуре.

Консультационное направление предполагает индивидуальное и групповое консультирование родителей по вопросам физического и двигательного развития детей в пределах профессиональной компетенции инструктора по физической культуре.

При возникновении вопросов, требующих медицинского, психологического или иного специального заключения, инструктор по физической культуре рекомендует родителям обратиться к соответствующему специалисту.

Совместная деятельность с семьей направлена на включение родителей в физкультурно-оздоровительную и воспитательную деятельность Учреждения.

Основными формами совместной деятельности являются:

- физкультурные праздники;
- физкультурные досуги;
- дни здоровья;
- семейные спортивные мероприятия;
- игры-эстафеты;
- спортивные акции;
- совместные подвижные игры;
- открытые мероприятия;
- мероприятия и проекты Учреждения, включающие двигательную и спортивно-игровую деятельность.

Формы взаимодействия с родителями

В работе инструктора по физической культуре используются:

- индивидуальные консультации;
- групповые консультации;
- участие в родительских собраниях;
- беседы;
- памятки и рекомендации;
- информационные стенды;
- буклеты;
- материалы на официальных информационных ресурсах Учреждения;
- мастер-классы;
- открытые физкультурные занятия и мероприятия;
- совместные спортивные праздники и досуги;
- семейные двигательные задания и игровые рекомендации.

Содержание рекомендаций родителям определяется возрастом ребенка, уровнем его двигательного развития, состоянием здоровья и индивидуальными возможностями.

Содержание взаимодействия по возрастам

С родителями детей 3–4 лет основное внимание уделяется формированию потребности ребенка в движении, освоению простых основных движений, организации подвижных игр дома и на прогулке, созданию безопасных условий для двигательной активности.

С родителями детей 4–5 лет рассматриваются вопросы развития координации, ловкости, равновесия, самостоятельности в двигательной деятельности и расширения опыта подвижных игр.

С родителями детей 5–6 лет обсуждаются развитие физических качеств, освоение более сложных двигательных действий, элементы спортивных игр, соблюдение правил и формирование интереса к активному семейному отдыху.

С родителями детей 6–7 лет внимание уделяется совершенствованию двигательных умений, развитию самостоятельности и самоконтроля, формированию устойчивой потребности в двигательной активности и созданию положительной мотивации к занятиям физической культурой в дальнейшем.

Ожидаемые результаты взаимодействия с семьями

В результате систематического взаимодействия предполагается:

- повышение заинтересованности родителей в физическом развитии ребенка;
- повышение компетентности родителей в вопросах организации детской двигательной активности;
- согласованность действий инструктора по физической культуре и семьи;
- повышение активности семей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях Учреждения;
- расширение опыта совместного активного досуга детей и родителей;
- формирование положительного отношения ребенка и семьи к физической культуре и здоровому образу жизни.

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации

Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Рабочей программы инструктора по физической культуре определяются с учетом возраста воспитанников, состояния их здоровья, уровня физического и двигательного развития, индивидуальных возможностей, интересов и потребностей в двигательной активности.

При выборе форм и методов работы обеспечиваются достаточная двигательная активность детей, эмоциональное благополучие, безопасность, доступность двигательных заданий, поддержка инициативы, самостоятельности и индивидуального темпа развития каждого ребенка.

Формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности

Основными формами реализации Рабочей программы являются:

- физкультурные занятия в спортивном зале;

- физкультурные занятия на открытом воздухе при наличии соответствующих условий;
- индивидуальная и подгрупповая работа;
- подвижные игры;
- игровые упражнения;
- общеразвивающие упражнения;
- упражнения на развитие основных движений;
- спортивные упражнения;
- доступные элементы спортивных игр;
- музыкально-ритмические и ритмические двигательные упражнения;
- дыхательные упражнения;
- упражнения, способствующие формированию правильной осанки и укреплению стопы;
- упражнения на расслабление и восстановление после физической нагрузки;
- игры-эстафеты;
- физкультурные досуги;
- физкультурные праздники;
- дни здоровья;
- двигательные маршруты и полосы препятствий;
- участие в спортивных, оздоровительных и воспитательных мероприятиях Учреждения.

Конкретное сочетание форм определяется содержанием образовательной деятельности, возрастом и индивидуальными возможностями детей, состоянием их здоровья, имеющимися условиями и оборудованием Учреждения.

Методы реализации Рабочей программы

В деятельности инструктора по физической культуре используются наглядные, словесные, практические, игровые и соревновательные методы.

Наглядные методы:

- показ физических упражнений и отдельных элементов движения;
- демонстрация способа выполнения двигательного действия;
- использование зрительных и пространственных ориентиров;
- использование схем и последовательности выполнения движений;
- наблюдение за действиями педагога и других детей.

Словесные методы:

- объяснение;
- краткая и понятная инструкция;
- указание;
- команда;
- условный сигнал;
- напоминание;
- вопросы;
- словесное сопровождение двигательного действия;
- поощрение;
- положительная оценка усилий и достижений ребенка.

Словесная инструкция при необходимости сопровождается показом, жестом, зрительным ориентиром или поэтапным выполнением задания.

Практические методы:

- непосредственное выполнение физических упражнений;
- многократное повторение двигательного действия;
- выполнение упражнения по образцу;
- выполнение двигательных последовательностей;
- упражнения с предметами и физкультурным оборудованием;
- игровые упражнения;
- выполнение знакомых двигательных действий в изменяющихся условиях;

— самостоятельное применение освоенных способов движения.

Игровой метод является одним из ведущих в дошкольном возрасте и предполагает освоение двигательных умений и развитие физических качеств посредством подвижных игр, игровых ситуаций, эстафет, двигательных заданий и сюжетных упражнений.

Соревновательный метод применяется с учетом возраста и индивидуальных возможностей воспитанников. Он направлен на развитие интереса к двигательной деятельности, самостоятельности, волевых качеств, стремления к достижению результата, сотрудничества и поддержки участников команды.

Средства реализации Рабочей программы

Для решения задач физического развития используются:

- основные движения;
- общеразвивающие упражнения;
- строевые упражнения;
- подвижные игры;
- спортивные упражнения;
- доступные элементы спортивных игр;
- ритмические и музыкально-двигательные упражнения;
- дыхательные упражнения;
- упражнения на координацию и равновесие;
- упражнения на развитие физических качеств;
- упражнения на ориентировку в пространстве;
- упражнения с различным физкультурным оборудованием и инвентарем;
- игры и упражнения народов России;
- природные факторы;
- оздоровительные и профилактические упражнения.

Используемые средства, оборудование и инвентарь подбираются с учетом возраста детей, их физических возможностей, содержания двигательной деятельности и требований безопасности.

Способы организации воспитанников

В физкультурно-оздоровительной деятельности используются:

- фронтальный способ;
- групповой способ;
- подгрупповой способ;
- индивидуальный способ;
- поточный способ;
- посменный способ;
- круговой способ организации двигательной деятельности;
- работа в парах;
- командный способ.

Выбор способа организации определяется возрастом детей, содержанием упражнения, количеством воспитанников, уровнем освоения двигательного действия, имеющимся оборудованием и требованиями безопасности.

Вариативность организации двигательной деятельности

Вариативность реализации Рабочей программы обеспечивается:

- изменением объема и интенсивности физической нагрузки;
- изменением количества повторений;
- использованием различных исходных положений;
- усложнением или упрощением двигательного задания;
- изменением расстояния, высоты и других параметров двигательного задания;
- изменением темпа выполнения;
- использованием различного физкультурного оборудования;
- изменением способов выполнения знакомого движения;

- использованием индивидуального, парного, подгруппового и группового способов организации;
- сочетанием физических упражнений с игровой ситуацией;
- предоставлением ребенку выбора из нескольких доступных способов выполнения задания;
- учетом индивидуальной динамики физического и двигательного развития.

При необходимости ребенку предоставляются дополнительный показ, повтор инструкции, зрительная опора, дополнительное время для освоения двигательного действия, изменение сложности упражнения и индивидуальная помощь педагога.

Индивидуализация физкультурно-оздоровительной деятельности

Индивидуализация осуществляется на основании педагогического наблюдения, результатов педагогической диагностики, состояния здоровья и индивидуальной динамики ребенка.

Индивидуальная работа может быть направлена на:

- совершенствование основных движений;
- развитие координации;
- развитие равновесия;
- развитие ловкости;
- развитие быстроты;
- развитие силы;
- развитие гибкости;
- развитие выносливости;
- развитие пространственной ориентировки;
- развитие чувства ритма и темпа;
- развитие двигательной памяти;
- формирование двигательного самоконтроля;
- повышение уверенности ребенка в двигательной деятельности.

Содержание и объем физической нагрузки подбираются с учетом индивидуальных возможностей воспитанника и рекомендаций медицинских работников в пределах компетенции инструктора по физической культуре.

Поддержка детской инициативы и самостоятельности

Инструктор по физической культуре создает условия для проявления ребенком инициативы и самостоятельности в двигательной деятельности.

Поддержка инициативы осуществляется через:

- предоставление выбора доступных упражнений и физкультурного оборудования;
- предложение нескольких вариантов выполнения двигательного задания;
- возможность самостоятельно выбирать роль в подвижной игре;
- участие детей в выборе знакомых подвижных игр;
- самостоятельное использование освоенных способов движения;
- придумывание вариантов знакомых игр и упражнений;
- составление простых двигательных комбинаций;
- участие в подготовке и уборке доступного физкультурного инвентаря;
- выполнение посильных организаторских функций;
- поддержку двигательного творчества;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка.

Поддержка самостоятельности и инициативы осуществляется при обязательном соблюдении требований безопасности.

Обеспечение безопасности

При реализации всех форм физкультурно-оздоровительной деятельности инструктор по физической культуре обеспечивает:

- соответствие физических упражнений возрасту и индивидуальным возможностям детей;
- рациональное дозирование физической нагрузки;
- исправность и безопасное размещение оборудования;

- соблюдение правил использования спортивного инвентаря;
- достаточное пространство для выполнения двигательных действий;
- соблюдение безопасной дистанции между детьми;
- контроль самочувствия и внешних признаков утомления;
- чередование физической нагрузки и восстановления;
- обучение детей правилам безопасного поведения во время упражнений, подвижных и спортивных игр.

Формы, способы, методы и средства реализации Рабочей программы могут изменяться и уточняться в течение учебного года с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, динамики их физического развития, условий Учреждения и актуальных задач физкультурно-оздоровительной работы.

2.3. Программа воспитания

Рабочая программа воспитания инструктора по физической культуре является частью реализации Рабочей программы воспитания Основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки».

Воспитательная деятельность инструктора по физической культуре осуществляется в единстве с образовательной деятельностью и направлена на личностное развитие ребенка, формирование ценностного отношения к жизни и здоровью, физической культуре, окружающим людям, Родине, труду, культуре, природе и совместной деятельности.

Воспитательная работа строится с учетом возраста детей 3–7 лет, их индивидуальных возможностей, состояния здоровья, интересов и уровня физического и двигательного развития.

Цель воспитательной деятельности

Создание условий для личностного развития воспитанников средствами физической культуры, формирования ценностного отношения к жизни и здоровью, устойчивого интереса к двигательной активности, нравственно-волевых качеств, самостоятельности, инициативности и опыта позитивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Задачи воспитательной деятельности инструктора по физической культуре

В процессе физкультурно-оздоровительной деятельности инструктор по физической культуре решает следующие задачи:

- формировать ценностное отношение к жизни и здоровью;
- воспитывать положительное отношение к физической культуре и спорту;
- формировать потребность в регулярной двигательной активности;
- способствовать формированию представлений о здоровом образе жизни;
- воспитывать ответственное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формировать навыки безопасного поведения в двигательной деятельности;
- развивать самостоятельность и инициативность;
- воспитывать организованность, дисциплинированность, выдержку и настойчивость;
- формировать умение преодолевать доступные трудности и доводить начатое действие до результата;
- воспитывать доброжелательность и уважение к другим людям;
- развивать способность к сотрудничеству, взаимопомощи и поддержке;
- формировать умение соблюдать правила подвижных и спортивных игр;
- воспитывать честность и справедливость в игровой и соревновательной деятельности;
- формировать уважительное отношение к успехам и неудачам других участников;
- развивать ответственность за личный результат и результат команды;
- знакомить детей со спортивными традициями России и достижениями российских спортсменов;
- использовать народные подвижные игры как средство приобщения к культуре народов России;
- поддерживать двигательную инициативу и творчество детей.

Основные направления воспитания

В деятельности инструктора по физической культуре реализуются направления Рабочей программы воспитания Учреждения. Ведущим является физическое и оздоровительное направление, при этом содержание двигательной деятельности позволяет интегрировать задачи других направлений воспитания.

Направление воспитания	Ценности	Реализация в деятельности инструктора по физической культуре
Патриотическое	Родина, природа	Народные подвижные игры, знакомство со спортивными традициями и достижениями России, физкультурные мероприятия патриотической направленности, участие в мероприятиях Учреждения
Духовно-нравственное	жизнь, милосердие, добро	Взаимопомощь, доброжелательность, честность, справедливость, поддержка другого ребенка, уважение к индивидуальным возможностям
Социальное	человек, семья, дружба, сотрудничество	Парные и командные упражнения, игры и эстафеты, сотрудничество, взаимная поддержка, соблюдение общих правил
Познавательное	познание	Знакомство с возможностями организма, видами спорта, спортивным инвентарем, правилами двигательной деятельности
Физическое и оздоровительное	жизнь, здоровье	Формирование ценностного отношения к здоровью, двигательной активности, физической культуре, безопасному поведению и способам укрепления здоровья
Трудовое	труд	Настойчивость в достижении результата, приложение усилий, участие в подготовке и уборке доступного физкультурного оборудования
Эстетическое	культура, красота	Развитие культуры движений, ритмичности, выразительности, стремления к красивому и точному выполнению упражнений

Перечень направлений и ценностей соответствует Рабочей программе воспитания ООП ДО Учреждения на 2026–2027 учебный год. В ней физическое и оздоровительное направление связано с ценностями «Здоровье» и «Жизнь» и предусматривает развитие интереса к физическим упражнениям и подвижным играм, потребности в двигательной деятельности, нравственных и волевых качеств.

Физическое и оздоровительное направление воспитания

Физическое и оздоровительное направление является ведущим в деятельности инструктора по физической культуре.

Его содержание направлено на:

- формирование понимания ценности здоровья;
- развитие интереса к физической культуре;
- формирование потребности в двигательной активности;
- освоение доступных способов укрепления здоровья;
- формирование правил безопасного поведения;
- развитие физических и нравственно-волевых качеств;
- воспитание самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие способности адекватно оценивать свое самочувствие;
- формирование положительного отношения к активному отдыху;
- знакомство с различными видами спорта.

Воспитательный потенциал двигательной деятельности

В процессе физических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений и эстафет дети приобретают практический опыт соблюдения правил, взаимодействия с другими участниками, ожидания своей очереди, оказания помощи, принятия общего решения и достижения совместного результата.

Инструктор по физической культуре создает ситуации, способствующие развитию:

- ответственности;

- самостоятельности;
- инициативности;
- целеустремленности;
- выдержки;
- настойчивости;
- смелости;
- организованности;
- взаимопомощи;
- уважения к партнеру и сопернику;
- умения достойно относиться как к успеху, так и к неудаче.

Соревновательные элементы используются не для противопоставления детей друг другу, а для развития интереса, волевых качеств, стремления улучшать собственный результат и способности действовать в команде.

Формы воспитательной деятельности

Воспитательные задачи реализуются через:

- физкультурные занятия;
- подвижные игры;
- народные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- игры-эстафеты;
- физкультурные досуги;
- физкультурные праздники;
- дни здоровья;
- тематические двигательные мероприятия;
- спортивные акции;
- семейные спортивные мероприятия;
- события и проекты Учреждения;
- индивидуальные и подгрупповые формы двигательной деятельности;
- самостоятельную двигательную деятельность детей.

Народные подвижные игры

Особое место в воспитательной деятельности занимают народные подвижные игры.

В содержание работы включаются русские народные игры, игры народов Поволжья и других народов России, соответствующие возрасту воспитанников.

Народные игры используются для:

- приобщения детей к культурным традициям;
- формирования уважения к культуре разных народов;
- воспитания чувства общности;
- развития взаимопомощи и сотрудничества;
- формирования интереса к традиционным формам двигательной активности.

Воспитательные проекты 2026–2027 учебного года

В соответствии с ООП ДО Учреждения инструктор по физической культуре участвует в реализации проектов воспитательной направленности «Добрые игры» и «Орлята-дошколята» в части, связанной с двигательной, игровой и спортивной деятельностью.

Проект «Добрые игры».

С 1 сентября 2026 года в Учреждении используются методические и практические материалы проекта. Его ценностные ориентиры включают Родину, семью, дружбу и сотрудничество, природу, человека, познание, добро и милосердие, культуру и красоту, труд, единство народов России, жизнь и здоровье.

В деятельности инструктора по физической культуре материалы проекта могут реализовываться через:

- подвижные игры;
- командные задания;

- игровые эстафеты;
- народные игры;
- двигательные ситуации на взаимопомощь;
- упражнения в парах и командах;
- семейные физкультурные мероприятия.

Материалы проекта используются с учетом возраста детей, содержания Рабочей программы и календарного плана воспитательной работы Учреждения.

Проект «Орлята-дошколята».

В ООП ДО Учреждения проект предусмотрен для воспитанников 6–7 лет и реализуется через событийные проекты.

Инструктор по физической культуре принимает участие в тех событиях проекта, содержание которых связано с двигательной активностью, командным взаимодействием, взаимопомощью, безопасным поведением и совместным решением игровых задач.

В частности, в календарном планировании Учреждения на 2026–2027 учебный год предусмотрен событийный проект «Увлекательный поход», направленный в том числе на двигательную активность, командное взаимодействие, взаимопомощь и безопасное поведение.

Воспитательные события

Инструктор по физической культуре участвует в воспитательных событиях Учреждения в соответствии с Календарным планом воспитательной работы.

Воспитательное событие рассматривается как совместная деятельность взрослого и ребенка, в которой ребенок приобретает собственный опыт отношения к определенной ценности. Такой подход закреплен и в действующей ООП ДО Учреждения.

В деятельности инструктора по физической культуре воспитательными событиями могут становиться:

- спортивный праздник;
- день здоровья;
- тематическая эстафета;
- народная подвижная игра;
- семейное спортивное мероприятие;
- спортивная акция;
- командная игра;
- двигательное путешествие;
- физкультурное мероприятие, посвященное памятной или праздничной дате.

Взаимодействие с педагогами и семьями воспитанников

Воспитательная деятельность инструктора по физической культуре осуществляется во взаимодействии с воспитателями, музыкальными руководителями, педагогом-психологом, другими педагогическими работниками и семьями воспитанников.

Согласованность действий педагогов позволяет включать задачи физического и оздоровительного воспитания в общие события, проекты и традиции Учреждения.

Родители (законные представители) привлекаются к семейным спортивным мероприятиям, физкультурным праздникам, дням здоровья, акциям, совместным играм и другим формам активного досуга.

Планируемые результаты воспитательной деятельности

В результате реализации воспитательных задач средствами физической культуры предполагается, что ребенок в соответствии со своими возрастными и индивидуальными возможностями:

- проявляет положительное отношение к физической культуре и двигательной активности;
- понимает ценность жизни и здоровья;
- соблюдает доступные правила безопасного поведения;
- проявляет самостоятельность и инициативу;
- стремится к достижению результата;
- проявляет настойчивость и выдержку;
- соблюдает правила игр;

- умеет взаимодействовать с другими детьми;
- проявляет доброжелательность и взаимопомощь;
- уважительно относится к успехам других;
- получает опыт командной деятельности;
- проявляет интерес к спортивным традициям России;
- с интересом участвует в народных подвижных играх, физкультурных праздниках и других воспитательных событиях Учреждения.

2.4. Направления и задачи, содержание коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и (или) инклюзивное образование в Учреждении организуются в соответствии с ООП ДО и направлены на обеспечение индивидуальных образовательных потребностей воспитанников различных целевых групп.

В Рабочей программе инструктора по физической культуре коррекционно-развивающая направленность реализуется в пределах профессиональной компетенции инструктора по физической культуре средствами двигательной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Инструктор по физической культуре не осуществляет психологическую, логопедическую или медицинскую коррекцию, а участвует в комплексном психолого-педагогическом сопровождении ребенка, решая задачи, связанные с его физическим, двигательным и психомоторным развитием.

Цель коррекционно-развивающей работы инструктора по физической культуре

Создание условий для доступного и полноценного участия ребенка в физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом его индивидуальных возможностей и образовательных потребностей, поддержка положительной динамики физического и двигательного развития.

Основные задачи

Коррекционно-развивающая деятельность инструктора по физической культуре направлена на:

- развитие общей моторики;
- совершенствование основных движений;
- развитие статической и динамической координации;
- развитие равновесия;
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие чувства ритма и темпа движений;
- развитие двигательной памяти;
- развитие точности и согласованности движений;
- развитие физических качеств с учетом индивидуальных возможностей ребенка;
- развитие способности выполнять двигательное действие по показу, словесной инструкции и условному сигналу;
- формирование произвольной регуляции двигательной деятельности;
- развитие двигательного самоконтроля;
- формирование уверенности ребенка в двигательной деятельности;
- развитие способности взаимодействовать со сверстниками в подвижных и командных играх;
- предупреждение двигательной пассивности;
- создание ситуации успеха и поддержание положительного отношения к физической активности;
- обеспечение безопасного участия ребенка в физкультурной деятельности.

Категории воспитанников

Коррекционно-развивающая поддержка средствами физической культуры может осуществляться в отношении воспитанников, нуждающихся в индивидуализации образовательного процесса, в том числе:

- детей с ОВЗ и (или) инвалидностью;
- детей, находящихся под диспансерным наблюдением и часто болеющих детей;
- воспитанников, испытывающих трудности в развитии, освоении Программы или социальной адаптации;

- одаренных воспитанников;
- детей других целевых групп, определенных ООП ДО Учреждения, если имеющиеся особенности отражаются на их участии в двигательной деятельности.

Полный перечень целевых групп определяется ООП ДО Учреждения. В действующей ООП на 2026–2027 год к ним также относятся нормотипичные дети с нормативным кризисом развития, дети и семьи в трудной жизненной или социально опасной ситуации и воспитанники «группы риска».

Необходимость специальной организации физкультурно-оздоровительной деятельности определяется **не принадлежностью ребенка к целевой группе как таковой**, а его индивидуальными потребностями и рекомендациями специалистов.

Основные направления работы

Развитие основных движений и общей моторики.

Совершенствуются ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, бросание, ловля, метание и сочетания основных движений в соответствии с возможностями ребенка.

Развитие координации и равновесия.

Используются упражнения на согласование движений частей тела, изменение направления и темпа, сохранение устойчивого положения тела, выполнение двигательных последовательностей.

Развитие пространственной ориентировки.

Применяются задания на движение в разных направлениях, ориентировку относительно предметов, спортивного оборудования и других участников деятельности.

Развитие ритма, темпа и двигательной памяти.

Используются двигательные задания под счет, музыку и условный сигнал, упражнения на запоминание и воспроизведение последовательности движений.

Развитие произвольности и самоконтроля.

Ребенок учится начинать и заканчивать действие по сигналу, соблюдать последовательность, регулировать темп движения, выполнять правила игры и контролировать собственные действия.

Развитие навыков взаимодействия.

В парных, подгрупповых и командных упражнениях формируются умения действовать совместно, соблюдать правила, ожидать очередь, оказывать помощь и принимать поддержку.

Индивидуализация двигательной деятельности

При необходимости инструктор по физической культуре:

- упрощает или усложняет двигательное задание;
- изменяет количество повторений;
- регулирует темп и интенсивность нагрузки;
- уменьшает или увеличивает расстояние;
- изменяет высоту и параметры препятствий;
- подбирает оборудование с учетом возможностей ребенка;
- сопровождает словесную инструкцию показом;
- использует зрительные и пространственные ориентиры;
- разделяет сложное действие на отдельные этапы;
- повторяет инструкцию и показ;
- предоставляет дополнительное время на выполнение;
- организует индивидуальную или подгрупповую работу;
- чередует физическую нагрузку и восстановление;
- создает ситуацию успеха.

Для воспитанников с высокими двигательными возможностями предусматривается усложнение двигательных задач, расширение самостоятельности, вариативность способов выполнения и дополнительные творческие задания.

Взаимодействие со специалистами

Коррекционно-развивающая работа осуществляется во взаимодействии с воспитателями, педагогом-психологом, учителем-логопедом и другими специалистами Учреждения в

зависимости от потребностей конкретного ребенка.

Инструктор по физической культуре:

- предоставляет информацию о физическом и двигательном развитии ребенка;
- учитывает рекомендации специалистов;
- участвует в обсуждении индивидуальных образовательных потребностей;
- согласовывает способы педагогической поддержки;
- учитывает рекомендации ППк и ПМПк при их наличии;
- учитывает медицинские рекомендации в части организации и дозирования физической нагрузки;
- отслеживает индивидуальную динамику в процессе двигательной деятельности.

Педагогическое наблюдение

Инструктор по физической культуре осуществляет педагогическое наблюдение за участием ребенка в двигательной деятельности, особенностями освоения основных движений, координацией, равновесием, физическими качествами, самостоятельностью, работоспособностью и взаимодействием со сверстниками.

Инструктор по физической культуре не проводит медицинскую, психологическую или логопедическую диагностику.

Полученные наблюдения используются для выбора доступных двигательных задач, определения уровня помощи, корректировки нагрузки и планирования индивидуальной работы.

Формы реализации

Коррекционно-развивающие задачи решаются:

- в процессе физкультурных занятий;
- в индивидуальной и подгрупповой работе;
- в подвижных играх;
- в игровых и спортивных упражнениях;
- в эстафетах;
- в физкультурных досугах и праздниках;
- в других формах двигательной активности.

Содержание и объем коррекционно-развивающей поддержки уточняются в течение учебного года с учетом индивидуальной динамики ребенка и рекомендаций специалистов.

2.5. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

Часть Рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений, реализуется с учетом национально-культурных, социокультурных, природно-климатических и региональных особенностей Самарской области и городского округа Тольятти, а также содержания парциальных программ, реализуемых в Учреждении.

В деятельности инструктора по физической культуре содержание данной части Программы интегрируется в физкультурно-оздоровительную, двигательную, игровую и воспитательную деятельность и не реализуется изолированно от обязательной части Рабочей программы.

Учет региональных и социокультурных условий

Самарская область является многонациональным регионом, в котором представлены культурные традиции различных народов России.

В деятельности инструктора по физической культуре национально-культурные и региональные особенности учитываются посредством использования русских народных подвижных игр, доступных детям игр народов Поволжья и других народов России, включения народных игр в физкультурные досуги и праздники, проведения тематических эстафет и командных игр, участия в мероприятиях Учреждения региональной и патриотической направленности.

Организация совместной двигательной деятельности способствует формированию у воспитанников доброжелательности, взаимопомощи, сотрудничества и уважительного

отношения к культурным традициям разных народов.

При выборе игр и двигательных заданий учитываются возрастные и индивидуальные возможности детей, состояние их здоровья, уровень двигательного развития и требования безопасности.

Учет природно-климатических условий

Климатические особенности Самарской области характеризуются выраженной сезонностью, поэтому организация физкультурно-оздоровительной деятельности осуществляется с учетом времени года и фактических погодных условий.

В теплый период при благоприятных погодных условиях физкультурные занятия, подвижные игры, спортивные упражнения, эстафеты, досуги и другие формы двигательной активности могут организовываться на открытом воздухе.

В холодный период содержание двигательной деятельности определяется температурой воздуха, погодными условиями, состоянием спортивных площадок, имеющимся оборудованием и требованиями безопасности.

Сезонность учитывается при подборе подвижных игр, спортивных упражнений, физкультурных досугов, дней здоровья и тематических двигательных мероприятий.

Региональный компонент в деятельности инструктора по физической культуре

Региональный компонент направлен на воспитание у детей положительного отношения к малой Родине, ее культурным и спортивным традициям, природе и людям родного края.

Средствами физической культуры региональное содержание реализуется через:

- народные подвижные игры;
- тематические эстафеты;
- физкультурные досуги и праздники;
- игры-путешествия;
- двигательные задания по тематике родного города и Самарского края;
- спортивные и игровые мероприятия патриотической направленности;
- мероприятия, связанные с календарными и памятными датами;
- совместные физкультурные мероприятия с семьями воспитанников;
- участие в воспитательных событиях Учреждения.

Региональное содержание используется как воспитательный и игровой контекст двигательной деятельности и не заменяет основное содержание образовательной области «Физическое развитие».

Программа патриотического воспитания дошкольников «Я живу на Самарской земле»

В Учреждении реализуется программа патриотического воспитания дошкольников «**Я живу на Самарской земле**» под редакцией О.В. Дыбиной, С.Е. Анфисовой, А.Ю. Кузиной и др. Программа реализуется с воспитанниками 3–7 лет.

Инструктор по физической культуре участвует в реализации содержания программы в пределах своей профессиональной компетенции средствами двигательной, игровой, физкультурно-оздоровительной и воспитательной деятельности.

Содержание военно-патриотического направления может отражаться в физкультурных мероприятиях ко Дню защитника Отечества, Дню Победы, тематических эстафетах, полосах препятствий и командных двигательных заданиях. Основное внимание уделяется развитию смелости, выдержки, настойчивости, взаимопомощи, уважения к защитникам Отечества и способности действовать сообща.

Гражданское направление реализуется через соблюдение детьми правил подвижных и спортивных игр, умение договариваться, принимать общую цель, выполнять выбранную роль, учитывать интересы других участников, отвечать за собственные действия и действовать в интересах команды.

Историко-краеведческое содержание может включаться в тематические игры-путешествия, эстафеты и физкультурные мероприятия, связанные с городом Тольятти, Самарской областью, природой и культурными традициями родного края.

Духовно-нравственное направление реализуется посредством народных подвижных игр,

командных заданий и совместной двигательной деятельности, способствующих воспитанию доброжелательности, честности, справедливости, взаимопомощи, сотрудничества и уважения к традициям семьи и народа.

Содержание программы «Я живу на Самарской земле» может включаться в физкультурные занятия, подвижные и народные игры, физкультурные досуги, праздники, эстафеты, дни здоровья, игры-путешествия, тематические двигательные ситуации и совместные мероприятия детей и родителей.

Конкретное содержание определяется комплексно-тематическим планированием и Календарным планом воспитательной работы Учреждения.

Взаимодействие с семьями воспитанников

Родители (законные представители) включаются в реализацию регионального содержания через семейные физкультурные досуги, спортивные праздники, эстафеты, дни здоровья, знакомство детей с подвижными играми своего детства, представление семейных традиций активного отдыха и участие в региональных и патриотических мероприятиях Учреждения.

Совместная двигательная деятельность способствует укреплению детско-родительских отношений и формированию положительного отношения семьи к физической культуре и активному образу жизни.

Планируемые результаты

В результате реализации части Рабочей программы, формируемой участниками образовательных отношений, предполагается, что ребенок в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями:

- проявляет интерес к народным подвижным играм;
- участвует в физкультурных событиях региональной и патриотической направленности;
- проявляет интерес к малой Родине и событиям родного края;
- уважительно относится к культурным традициям разных народов;
- соблюдает доступные правила совместной игры;
- проявляет взаимопомощь и сотрудничество;
- взаимодействует со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- бережно относится к природе и окружающему пространству;
- проявляет интерес к активному отдыху;
- получает положительный опыт участия в семейных и общественных физкультурных мероприятиях.

Планируемые результаты являются ориентирами педагогической деятельности и не служат основанием для формализованного оценивания и сравнения детей.

Иные парциальные программы, включенные в ООП ДО Учреждения, реализуются в соответствии с их направленностью. Инструктор по физической культуре может участвовать в общих интегрированных событиях Учреждения, однако содержание данных программ не включается в Рабочую программу инструктора по физической культуре как самостоятельное направление деятельности.

Содержание части Рабочей программы, формируемой участниками образовательных отношений, интегрируется в обязательную часть Рабочей программы, Рабочую программу воспитания, комплексно-тематическое планирование и традиционные события Учреждения.

2.6. Комплексно-тематическое планирование и сложившиеся традиции организации или Группы, календарный план воспитательной работы

Комплексно-тематическое планирование деятельности инструктора по физической культуре разработано на 2026–2027 учебный год с учетом ООП ДО, Рабочей программы воспитания, Календарного плана воспитательной работы и Годового плана МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки».

Планирование обеспечивает последовательное решение образовательных, оздоровительных и воспитательных задач физического развития воспитанников 3–7 лет.

Содержание физкультурно-оздоровительной деятельности строится с учетом:

- возраста и индивидуальных возможностей детей;
- состояния здоровья;
- уровня физического и двигательного развития;
- сезонных и климатических условий;
- комплексно-тематического планирования Учреждения;
- календарных и традиционных событий;
- содержания программы «Я живу на Самарской земле»;
- воспитательных проектов «Добрые игры» и «Орлята-дошколята»;
- интересов и двигательной инициативы воспитанников.

Тематическое содержание является ориентировочным. Последовательность отдельных игр, упражнений и мероприятий может уточняться с учетом фактического календаря Учреждения, погодных условий, состояния здоровья воспитанников и индивидуальной динамики их физического развития.

Основные направления комплексно-тематического планирования

В течение учебного года осуществляется систематическая работа по:

- совершенствованию ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазанья;
- развитию навыков бросания, ловли, метания и действий с мячом;
- развитию координации и равновесия;
- развитию ловкости, быстроты, силы, гибкости и выносливости;
- развитию пространственной ориентировки;
- развитию чувства ритма и темпа;
- формированию правильной осанки;
- развитию двигательной памяти и самоконтроля;
- освоению подвижных игр;
- освоению доступных элементов спортивных игр;
- формированию безопасного поведения в двигательной деятельности;
- формированию представлений о здоровом образе жизни;
- развитию самостоятельности и двигательной инициативы;
- воспитанию сотрудничества, взаимопомощи и нравственно-волевых качеств.

Комплексно-тематическое планирование на 2026–2027 учебный год

Месяц	Тематическая направленность	Основное содержание деятельности инструктора по физической культуре
Сентябрь	Детский сад. Мы снова вместе	Адаптация к занятиям, правила безопасности, педагогическое наблюдение, ходьба и бег, построения, игры на знакомство и взаимодействие
	Осень	Бег с изменением направления, прыжки, равновесие, двигательные игры с осенними образами
	Дружба и сотрудничество	Парные упражнения, командные игры, взаимопомощь, соблюдение правил
Октябрь	Осенняя прогулка	Бег, прыжки, преодоление препятствий, развитие ловкости и выносливости
	Мы выбираем движение	Ходьба, бег, эстафеты, формирование интереса к ежедневной двигательной активности
	Увлекательный поход	Полоса препятствий, ориентировка, командные задания, безопасное поведение; интеграция проекта «Орлята-дошколята» для детей 6–7 лет
Ноябрь	Россия — наш общий дом	Народные подвижные игры, командные упражнения, игры ко Дню народного единства
	Мой город	Игры-путешествия и двигательные задания с региональным содержанием
	Дружная команда	Игры и эстафеты на сотрудничество, ответственность и взаимопомощь
Декабрь	Зима	Бег, прыжки, метание, упражнения на равновесие

Месяц	Тематическая направленность	Основное содержание деятельности инструктора по физической культуре
	Зимние виды спорта	Знакомство с зимними видами спорта, доступные элементы хоккея
	Новогодние старты	Тематические эстафеты и игровые двигательные задания
Январь	Сильные и ловкие	Развитие силы, ловкости, координации и выносливости
	Игры с мячом	Бросание, ловля, передача, прокатывание и ведение мяча
	Здоровье и движение	Польза физической активности, самочувствие, чередование нагрузки и отдыха
Февраль	Зимние спортивные игры	Игровые упражнения, эстафеты, развитие быстроты и выносливости
	Будущие защитники	Полосы препятствий, развитие ловкости, силы, смелости и взаимовыручки
	Вместе с папой	Совместное физкультурное мероприятие ко Дню защитника Отечества
	Масленичные игры	Русские народные подвижные игры и эстафеты
Март	Весна идет	Прыжки, метание, развитие равновесия и координации
	Моя семья	Парные и командные упражнения, семейные традиции активного отдыха
	Красивые движения	Музыкально-ритмические упражнения, выразительность и культура движения
Апрель	Космические старты	Полосы препятствий, эстафеты, развитие быстроты, ловкости и ориентировки
	Земля — наш общий дом	Подвижные игры экологической направленности, двигательная деятельность на открытом воздухе
	Весенние игры	Бег, прыжки, метание, игры с мячом и обручем
Май	Мы помним	Игры и эстафеты патриотической направленности, командное взаимодействие
	Народные игры	Русские народные игры и доступные игры народов Поволжья
	Я вырасту здоровым	Закрепление представлений о здоровье, физической активности и безопасности
	Итоги года	Педагогическое наблюдение за индивидуальной динамикой, закрепление освоенных двигательных навыков
Июнь	Здравствуй, лето!	Подвижные игры и упражнения преимущественно на открытом воздухе
	Наша Родина — Россия	Игры и эстафеты патриотической направленности
	Летние спортивные игры	Знакомство с летними видами спорта, спортивные эстафеты
	Солнце, воздух и вода	Активный и безопасный летний отдых
Июль	Семья и спорт	Семейные эстафеты и совместные двигательные мероприятия
	Лето в движении	Игры с мячами, обручами, скакалками, развитие ловкости и быстроты
	Игры народов России	Народные подвижные игры и знакомство с культурными традициями
Август	Летние путешествия	Игры-путешествия, ориентировка, полосы препятствий
	Спорт	Веселые старты, спортивные игры и эстафеты
	День физкультурника	Тематический физкультурный праздник
	До свидания, лето!	Любимые подвижные игры, эстафеты, самостоятельная двигательная деятельность

Интеграция проекта «Добрые игры»

Материалы проекта «Добрые игры» интегрируются в физкультурно-оздоровительную деятельность в течение учебного года в соответствии с тематикой и ценностным содержанием проекта.

Наиболее непосредственно средствами физической культуры реализуются ценности: «**Жизнь и здоровье**» — физические упражнения, двигательная активность, безопасное поведение;

«Дружба и сотрудничество» — парные и командные упражнения, подвижные игры, эстафеты;
«Добро и милосердие» — помощь товарищу, поддержка участника, испытывающего затруднения;
«Семья» — совместные спортивные мероприятия и семейные эстафеты;
«Родина» — народные игры, патриотические физкультурные события;
«Единство народов России» — подвижные игры разных народов России и Поволжья;
«Труд» — настойчивость в достижении результата, участие в подготовке и уборке физкультурного оборудования;
«Человек» — уважение к индивидуальным возможностям каждого участника.
Конкретные игры и воспитательные практики выбираются инструктором по физической культуре в соответствии с планированием Учреждения и содержанием двигательной деятельности.

Интеграция проекта «Орлята-дошколята»

Проект «Орлята-дошколята» реализуется с воспитанниками 6–7 лет в соответствии с планом-графиком проекта.

Инструктор по физической культуре участвует в событиях, содержание которых связано с двигательной, игровой, командной и спортивной деятельностью.

В действующей ООП ДО на 2026–2027 год предусмотрены, в частности, следующие события:

- 7–11 сентября — «Добро пожаловать в мир Орлят»,
- 16–22 сентября — «Хорошо у нас в саду»,
- 14–20 октября — «Увлекательный поход»,
- 28 октября – 3 ноября — «Широка страна моя»,
- 25 ноября – 1 декабря — «Домашний уют».

В деятельности инструктора по физической культуре они могут включать:

- игры на знакомство и командообразование;
- командные двигательные задания;
- игры на сотрудничество и взаимопомощь;
- полосы препятствий;
- элементы туристской деятельности;
- двигательные игры патриотической направленности;
- семейные и командные игровые задания.

Календарные воспитательные события в деятельности инструктора по физической культуре

Инструктор по физической культуре участвует не во всех мероприятиях Календарного плана воспитательной работы Учреждения, а в тех, содержание которых предполагает физкультурную, двигательную или спортивно-игровую деятельность.

На 2026–2027 учебный год к таким событиям относятся, в частности:

- Всероссийский день ходьбы — День здоровья «Спорт нам поможет силы умножить!»;
- Всероссийский день хоккея — игры-соревнования «Юные хоккеисты»;
- День Героев Отечества — русские народные подвижные игры «Богатырская наша сила!»;
- День защитника Отечества — совместный с родителями спортивный праздник;
- День зимних видов спорта — спортивный досуг;
- Масленица — народные подвижные игры;
- День космонавтики — «Космические старты»;
- День России — игры и эстафеты патриотической направленности;
- День физкультурника — физкультурный праздник.

III. Организационный раздел программы

3.1. Обязательная часть

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

Материально-техническое обеспечение Рабочей программы инструктора по физической культуре направлено на создание безопасных и доступных условий для физического развития, охраны и укрепления здоровья, двигательной активности воспитанников 3–7 лет.

Материально-технические условия обеспечивают возможность реализации содержания образовательной области «Физическое развитие», проведения физкультурных занятий, индивидуальной и подгрупповой работы, подвижных и спортивных игр, физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, коррекционно-развивающей поддержки средствами физической культуры и других форм двигательной активности.

При организации физкультурно-оздоровительной деятельности учитываются действующие санитарно-эпидемиологические требования, требования охраны здоровья воспитанников, пожарной безопасности и охраны труда, а также возрастные и индивидуальные особенности детей.

Помещения и пространства для реализации Рабочей программы

Основным помещением для реализации Рабочей программы является **физкультурный зал**.

Физкультурный зал используется для:

- проведения физкультурных занятий;
- освоения основных движений;
- выполнения общеразвивающих и строевых упражнений;
- проведения музыкально-ритмических упражнений;
- организации подвижных и спортивных игр;
- проведения индивидуальной и подгрупповой работы;
- развития координации, равновесия и физических качеств;
- проведения эстафет;
- физкультурных досугов и праздников;
- реализации коррекционно-развивающих двигательных задач.

Физкультурный зал оборудован спортивным инвентарём и детскими тренажёрами.

Для организации двигательной деятельности на открытом воздухе используется **спортивная площадка**, имеющая:

- асфальтированное покрытие;
- беговую дорожку;
- площадку для прыжков в длину;
- шведскую стенку;
- баскетбольное кольцо.

Спортивная площадка используется для физкультурных занятий и упражнений на открытом воздухе, подвижных игр, эстафет, спортивных упражнений, физкультурных досугов, дней здоровья и других форм двигательной активности с учетом погодных условий и требований безопасности.

При необходимости могут использоваться прогулочные участки, групповые помещения и другие безопасные пространства Учреждения, соответствующие характеру организуемой двигательной деятельности.

Физкультурное оборудование и инвентарь

Оснащение физкультурного зала и спортивной площадки обеспечивает возможность организации:

- ходьбы и бега;
- прыжков;
- ползания и лазанья;
- бросания, ловли и метания;
- упражнений на равновесие;

- общеразвивающих упражнений;
- упражнений на развитие силы, быстроты, ловкости, гибкости и выносливости;
- подвижных игр;
- доступных элементов спортивных игр;
- эстафет;
- музыкально-ритмических упражнений;
- двигательных маршрутов и полос препятствий.

При подборе и использовании оборудования учитываются возраст детей, ростовые показатели, состояние здоровья, индивидуальные двигательные возможности, уровень освоения двигательных действий, содержание конкретного мероприятия и требования безопасности.

Конкретный перечень, количество и состояние спортивного оборудования и инвентаря определяются фактическим оснащением Учреждения и отражаются в документации по учету материально-технических средств.

Средства обучения и воспитания

В деятельности инструктора по физической культуре используются:

- физкультурное и спортивное оборудование;
- спортивный инвентарь;
- детские тренажёры;
- зрительные и пространственные ориентиры;
- схемы и условные обозначения двигательных действий;
- музыкальное сопровождение;
- демонстрационные материалы о физической культуре, спорте, здоровье и безопасном поведении;
- материалы и атрибуты для подвижных, народных и спортивных игр;
- материалы для реализации воспитательных и региональных мероприятий;
- информационные материалы для взаимодействия с родителями.

Наглядные и демонстрационные средства используются с учетом возраста детей и позволяют сочетать словесное объяснение с показом способа выполнения двигательного действия.

Методическое обеспечение

Методическое обеспечение Рабочей программы включает:

- ФГОС ДО;
- ФОП ДО;
- ООП ДО МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»;
- Рабочую программу воспитания Учреждения;
- методические пособия по физическому развитию детей дошкольного возраста;
- материалы по организации физкультурно-оздоровительной деятельности;
- пособия и картотеки подвижных и спортивных игр;
- материалы по развитию основных движений и физических качеств;
- материалы по организации безопасной двигательной деятельности;
- материалы программы патриотического воспитания «Я живу на Самарской земле» в части, реализуемой средствами физической культуры;
- методические материалы проектов «Добрые игры» и «Орлята-дошколята» в части, связанной с двигательной, игровой и спортивной деятельностью.

Конкретный перечень используемой методической литературы и пособий представлен в соответствующих разделах настоящей Рабочей программы.

Обеспечение безопасности

Перед использованием физкультурного оборудования инструктор по физической культуре осуществляет контроль его исправности и безопасности.

При организации двигательной деятельности обеспечиваются:

- устойчивое и безопасное размещение оборудования;
- достаточное свободное пространство;

- соблюдение безопасной дистанции между воспитанниками;
- соответствие оборудования возрасту и двигательным возможностям детей;
- использование оборудования по назначению;
- обучение детей правилам безопасного обращения со спортивным инвентарём;
- рациональное дозирование физической нагрузки;
- контроль самочувствия и внешних признаков утомления;
- чередование нагрузки и восстановления;
- исключение из использования поврежденного или неисправного оборудования.

Перед выполнением нового или технически сложного двигательного действия детям объясняется и демонстрируется безопасный способ его выполнения.

Вариативность материально-технического обеспечения

Материально-технические средства используются вариативно в зависимости от возраста воспитанников, задач занятия, уровня двигательной подготовленности, индивидуальных возможностей, количества детей, времени года, погодных условий и места проведения деятельности.

Одно и то же оборудование может применяться в различных двигательных заданиях и игровых ситуациях, что позволяет изменять сложность упражнений, поддерживать интерес воспитанников и обеспечивать индивидуализацию физкультурно-оздоровительной деятельности.

Материально-технические и методические условия Учреждения обеспечивают реализацию Рабочей программы инструктора по физической культуре, организацию безопасной двигательной деятельности и достижение планируемых результатов физического развития воспитанников.

3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда для реализации Рабочей программы инструктора по физической культуре является частью общей образовательной среды Учреждения и обеспечивает условия для физического развития, двигательной активности, охраны и укрепления здоровья и эмоционального благополучия воспитанников 3–7 лет.

Организация физкультурно-развивающей среды осуществляется с учетом возраста детей, состояния их здоровья, уровня физического и двигательного развития, индивидуальных возможностей, интересов и потребности в двигательной активности.

Основными пространствами реализации Рабочей программы являются физкультурный зал, спортивная площадка и другие безопасные пространства Учреждения, которые могут использоваться для организации двигательной деятельности.

Среда обеспечивает возможность проведения физкультурных занятий, индивидуальной и подгрупповой работы, подвижных и спортивных игр, общеразвивающих упражнений, эстафет, физкультурных досугов, праздников, дней здоровья и самостоятельной двигательной деятельности детей.

Основные требования к физкультурно-развивающей среде

Развивающая предметно-пространственная среда организуется как:

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

Физкультурно-развивающая среда обеспечивает:

- возможность активного движения и освоения основных движений;
- развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости и выносливости;
- развитие координации и равновесия;
- развитие пространственной ориентировки;
- развитие чувства ритма и темпа;
- использование разнообразного физкультурного оборудования и инвентаря;

- организацию фронтальной, групповой, подгрупповой, парной и индивидуальной двигательной деятельности;
- возможность изменения пространства в зависимости от содержания занятия или игры;
- выбор ребенком доступного оборудования в ситуациях самостоятельной двигательной деятельности;
- учет индивидуальных двигательных возможностей воспитанников;
- эмоциональный комфорт и ситуацию двигательного успеха;
- безопасное выполнение двигательных заданий.

Содержательная насыщенность среды

Физкультурно-развивающая среда предоставляет детям разнообразные возможности для двигательной активности.

Оборудование и материалы подбираются таким образом, чтобы обеспечивать освоение:

- ходьбы и бега;
- прыжков;
- ползания и лазанья;
- бросания, ловли и метания;
- упражнений на равновесие;
- общеразвивающих упражнений;
- музыкально-ритмических упражнений;
- подвижных игр;
- элементов спортивных игр;
- упражнений на развитие физических качеств.

Содержание среды периодически изменяется и дополняется в соответствии с образовательными задачами, возрастом детей, временем года, комплексно-тематическим планированием и интересами воспитанников.

Одно и то же оборудование может использоваться различными способами. Например, обручи могут применяться как ориентиры, препятствия, элементы эстафеты, обозначение игрового пространства или средство для выполнения общеразвивающих упражнений.

Трансформируемость и вариативность среды

Пространство физкультурного зала организуется таким образом, чтобы его конфигурация могла изменяться в зависимости от содержания двигательной деятельности.

Расположение оборудования может изменяться для организации:

- двигательных дорожек;
- полос препятствий;
- станций круговой тренировки;
- эстафет;
- командных игр;
- упражнений на равновесие;
- упражнений на ориентировку в пространстве;
- самостоятельной двигательной деятельности.

Вариативность среды обеспечивается сменой оборудования, игровых атрибутов, способов организации пространства и содержания двигательных заданий.

Изменение среды не должно создавать дополнительных рисков для безопасности воспитанников.

Доступность среды

Физкультурное оборудование подбирается с учетом возраста, роста и двигательных возможностей детей.

Доступность среды предполагает не только возможность использования оборудования, но и понятность способа действия с ним.

Для облегчения выполнения двигательных заданий могут использоваться:

- цветовые и зрительные ориентиры;
- обозначения места начала и окончания движения;
- схемы маршрутов;
- условные знаки;

- показ последовательности выполнения упражнения.

Сложность двигательного маршрута, расстояние между предметами, высота препятствия, длина дистанции и другие параметры изменяются с учетом индивидуальных возможностей ребенка.

В ситуациях самостоятельной двигательной деятельности детям предоставляется доступ только к тому оборудованию, способы безопасного использования которого ими освоены.

Безопасность среды

Все элементы физкультурно-развивающей среды должны соответствовать требованиям надежности и безопасности.

Перед началом двигательной деятельности инструктор по физической культуре проверяет:

- исправность оборудования;
- устойчивость его размещения;
- отсутствие повреждений;
- достаточность свободного пространства;
- безопасность маршрутов движения;
- соответствие оборудования возрасту и возможностям детей.

При размещении спортивного инвентаря учитываются направление движения, расстояние между воспитанниками, возможность безопасного подхода к оборудованию и выхода из двигательной зоны.

Неисправное или поврежденное оборудование не используется.

Дети систематически знакомятся с правилами безопасного поведения в физкультурном зале и на спортивной площадке, правилами использования инвентаря и необходимостью соблюдать безопасную дистанцию.

Поддержка самостоятельной двигательной активности

Развивающая среда создается не только для организованных занятий, но и для поддержки самостоятельной двигательной активности воспитанников.

Инструктор по физической культуре создает условия, в которых ребенок может:

- использовать знакомые способы движения;
- выбирать доступный спортивный инвентарь;
- повторять освоенные упражнения;
- самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
- придумывать варианты двигательных действий;
- взаимодействовать со сверстниками;
- проявлять двигательную инициативу и творчество.

Самостоятельность детей сочетается с соблюдением установленных правил безопасности.

Организация пространства для разных форм деятельности

Форма деятельности	Особенности организации среды
Фронтальная работа	Свободное пространство для одновременного выполнения упражнений с соблюдением безопасной дистанции
Подгрупповая работа	Разделение пространства на отдельные двигательные зоны или станции
Индивидуальная работа	Возможность изменять сложность, расстояние, высоту, темп и количество повторений
Подвижные игры	Четко обозначенное игровое пространство, безопасные границы и свободные пути движения
Эстафеты	Выделенные стартовые и финишные зоны, безопасное расположение оборудования
Полосы препятствий	Последовательное и безопасное расположение элементов маршрута
Самостоятельная деятельность	Доступное детям освоенное оборудование и возможность выбора знакомого вида двигательной активности
Коррекционно-развивающая поддержка	Возможность индивидуального изменения сложности задания, использование зрительных ориентиров и оборудования для развития координации, равновесия и пространственной ориентировки

Использование среды на открытом воздухе

Спортивная площадка и территория Учреждения используются для организации двигательной активности с учетом времени года, состояния покрытия и фактических погодных условий.

На открытом воздухе могут проводиться:

- физкультурные занятия;
- подвижные и спортивные игры;
- упражнения в ходьбе и беге;
- прыжки;
- метание;
- эстафеты;
- двигательные маршруты;
- физкультурные досуги;
- дни здоровья.

Перед началом деятельности инструктор по физической культуре оценивает безопасность территории и оборудования.

Эмоциональная комфортность среды

Физкультурно-развивающая среда должна способствовать формированию у ребенка уверенности в собственных двигательных возможностях и положительного отношения к физической активности.

Инструктор по физической культуре предусматривает задания различного уровня сложности, возможность индивидуального темпа и разные способы достижения двигательного результата.

При организации деятельности не допускается постоянное сравнение детей по уровню физических возможностей или создание ситуаций систематической неуспешности ребенка.

Среда организуется таким образом, чтобы каждый воспитанник мог участвовать в общей двигательной деятельности и получать положительный опыт.

Взаимодействие педагогов при организации среды

Инструктор по физической культуре взаимодействует с воспитателями и другими специалистами Учреждения по вопросам:

- организации безопасной двигательной среды;
- использования физкультурного оборудования;
- поддержки двигательной активности детей;
- учета индивидуальных особенностей воспитанников;
- организации физкультурных мероприятий;
- создания условий для самостоятельной двигательной активности.

Воспитателям могут предоставляться рекомендации по безопасному использованию знакомого детям физкультурного оборудования в групповых помещениях и на прогулочных участках.

При необходимости организация среды индивидуализируется с учетом рекомендаций специалистов, ППк, ПМПК и медицинских рекомендаций в части, имеющей значение для двигательной деятельности конкретного ребенка.

Развивающая предметно-пространственная среда систематически оценивается и при необходимости изменяется в соответствии с задачами Рабочей программы, возрастом и индивидуальными особенностями воспитанников, их интересами и фактическими условиями Учреждения.

3.1.3. Режим и распорядок дня в дошкольных группах, учебный план, календарный учебный график.

Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня устанавливается с учетом санитарно-эпидемиологических требований, условий реализации программы Организации, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребенка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима следует предусматривать оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивать сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста и условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2, а также СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 18 (далее – СанПиН по питанию).

Режим работы Учреждения – пятидневная рабочая неделя с 7.00 до 19.00. Нерабочие дни – суббота и воскресенье, а также праздничные дни, установленные законодательством РФ. (соответствует ФОП ДО п.35, с СанПин)

Режим дня
Корпус 1, ул. Мира, 156
(холодный период года)

Компоненты режима	А смешанная дошкольная группа (3–5 лет) № 11		В смешанная дошкольная группа (5–7 лет) № 4		Б смешанная дошкольная группа (5–7 лет) с ТНР № 10	
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	5–6 лет	6–7 лет
Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00
Утренняя гимнастика	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	8:40 – 9:00 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:15 – 9:25 (пн,ср,чт,пт) 9:15 – 9:40 (вт)	8:40 – 9:00 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:15 – 9:25 (пн,ср,чт,пт) 9:15 – 9:40 (вт)	8:30 – 9:00 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:25 – 9:35 (пн,ср,чт) 9:25 – 10:00 (вт) 9:25 – 10:00 (пт)	8:30 – 9:00 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:25 – 9:35 (пн,ср,чт,пт) 9:25 – 10:00 (вт)	8:30 – 9:00 (вт,ср,чт,пт) 9:25 – 9:35 (вт,ср,чт) 8:30-10:10 (пн) 9:25 – 10:00 (пт)	8:30 – 9:00 (вт,ср,чт) 9:25 – 9:35 (вт,ср,чт) 8:30-10:10 (пн) 8:30 – 9:35 (пт)
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9:00 – 9:15 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:25 – 9:40 (пн,ср,чт,пт)	9:00 – 9:15 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:25 – 9:40 (пн,ср,чт,пт)	9:00 – 9:25 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:35 – 10:00 (пн,ср,чт) 10:10 – 10:35 (вт) 11:35 – 12:00 (пт)	9:00 – 9:25 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:35 – 10:00 (пн,ср,чт,пт) 10:10 – 10:35 (вт) 11:35 – 12:00 (пт)	9:00 – 9:25 (вт,ср,чт,пт) 10:10 – 10:35 (пн) 9:35 – 10:00 (вт,ср,чт) 11:35 – 12:00 (пт)	9:00 – 9:25 (вт,ср,чт) 10:10 – 10:35 (пн) 9:35 – 10:00 (вт,ср,чт,пт) 11:35 – 12:00 (пт)
Второй завтрак	9:40 – 9:50	9:40 – 9:50	10:00–10:10	10:00–10:10	10:00–10:10	10:00–10:10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9:50 – 11:30	9:50 – 11:30	10:10 – 12:00	10:10 – 12:00	10:10 – 12:00 (вт,ср,чт,пт) 10:35 – 12:00 (пн)	10:10 – 12:00 (вт,ср,чт,пт) 10:35 – 12:00 (пн)
Подготовка к обеду, обед	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30
Подготовка ко сну, дневной сон ¹	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00
Подъём детей, закаливающие процедуры	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:20 – 15:40 15:55 - 16:00	15:20 – 15:40 15:55 – 16:00	15:20 – 15:40 (пн,вт,пт) 15:20 – 15:45 (чт) 15:20 – 16:30 (ср) 16:05 – 16:10 (пн,вт,пт)	15:20 – 15:40 (пн,вт,пт) 15:20 – 15:45 (чт) 15:20 – 16:30 (ср) 16:05 – 16:10 (пн,вт,пт)	15:20 – 15:40 (пн,вт,чт,пт) 15:20 – 15:45 (ср) 15:20 – 16:10 (чт) 16:05 – 16:10	15:20 – 15:40 (пн,вт,чт,пт) 15:20 – 15:45 (ср) 15:20 – 16:10 (чт) 16:05 – 16:10

¹ Продолжительность дневного сна для детей от 1 года до 3 лет должна быть не менее 3,0 часов, для детей от 4 до 7 лет - не менее 2,5 часов

Компоненты режима	А смешанная дошкольная группа (3–5 лет) № 11		В смешанная дошкольная группа (5–7 лет) № 4		Б смешанная дошкольная группа (5–7 лет) с ТНР № 10	
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	5–6 лет	6–7 лет
					(пн,вт,пт)	(пн,вт,пт)
Занятия (при необходимости)	-	-	16:30 – 16:55 (ср) 15:45 – 16:10 (чт) 15:40 – 16:05 (пт)	16:30 – 16:55 (ср) 15:45 – 16:10 (чт)	15:45 – 16:10 (ср) 16:30 – 16:55 (чт) 15:40 – 16:05 (пт)	15:45 – 16:10 (ср) 16:30 – 16:55 (чт) 15:40 – 16:05 (пт)
Занятия по платным образовательным услугам	15:40 – 15:55 (вт)	15:40 – 15:55 (вт)	15:40 – 16:05 (пн,вт)	15:40 – 16:05 (пн,вт)	15:40 – 16:05 (пн,вт)	15:40 – 16:05 (пн,вт)
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16:00 – 16:30	16:00 – 16:30	16:10 – 16:30		16:10 – 16:30	
Самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	16:30 – 17:40	16:30 – 17:40	16:30 – 17:50(пн, вт, чт, пт) 16:55-17:50 (ср)		16:55 – 17:40	
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17:40-19:00	17:40-19:00	17:50-19:00		17:40-19:00	

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Корпус 1, ул. Мира, 156

Компоненты режима	В смешанная ранняя группа (1–3 года) № 12		А смешанная дошкольная группа (3–5 лет) № 11		В смешанная дошкольная группа (5–7 лет) № 4		Б смешанная дошкольная группа (5–7 лет) с ТНР № 10	
	1-1,5 лет	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	5–6 лет	6–7 лет
Приём детей, осмотр, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00
Утренняя гимнастика	8:00 - 8:10	8:00 - 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность	8:40 – 9:00	8:40 – 9:00	8:40 – 9:00	8:40 – 9:00	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00
Второй завтрак	9:22 – 9:32	9:22 – 9:32	9:40 – 9:50	9:40 – 9:50	10:00–10:10	10:00–10:10	10:35–10:45	10:35–10:45
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, наблюдения, самостоятельная и трудовая деятельность, воздушные и солнечные процедуры),	9:00 – 11:30	9:00 – 11:30	9:00 – 11:30	9:00 – 11:30	9:00 – 12:00	9:00 – 12:00	9:00 – 12:00	9:00 – 12:00

возвращение с прогулки								
Занятия в игровой форме по подгруппам*/ занятия на прогулке	9:00 – 9:06	9:16 – 9:22	9:00 – 9:15	9:00 – 9:15	9:00 – 9:25	9:00 – 9:25	9:00 – 9:25	9:00 – 9:25
Подготовка к обеду, обед	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	11:30 – 12:10	11:30 – 12:00	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	15:20 – 16:02	15:20 – 16:02	15:20 – 16:00	15:20 – 16:05	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10
Занятия в игровой форме по подгруппам*	15:20–15:26	15:36–15:42	-	-	-	-	-	-
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16:02 – 16:32	16:02 – 16:32	16:00 – 16:30	16:00 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30
Прогулка (наблюдение, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность), уход домой	16:32 – 19:00	16:32 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Корпус 2, ул. Карбышева, 18

Компоненты режима	А вторая младшая группа № 3	Г смешанная дошкольная группа (3–5 лет) № 10		В смешанная дошкольная группа (4–7 лет) № 12		А смешанная дошкольная группа (4–6 лет) с ТНР № 1		Б смешанная дошкольная группа (5–7 лет) с ТНР № 7	
		3–4 года	4–5 лет	4–5 лет	5–7 лет	4–5 лет	5–6 лет	5–6 лет	6–7 лет
Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00
Утренняя гимнастика	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10	8:00 – 8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:40	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30	8:10 – 8:30
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к	8:40 – 9:00 (пн, чт, пт) 8:40 – 8:55 (вт)	8:40 – 9:15 (пн) 8:40 – 9:20	8:40 – 9:15 (пн) 8:40 – 9:20	8:30 – 9:00 (пн, вт, чт, пт) 8:30 – 9:35	8:30 – 9:00 (пн, вт, ср, чт, пт) 9:20 – 9:35	8:30 – 8:45 (пн, вт, чт, пт) 9:05 – 9:35 (пн)	8:30 – 8:45 (пн, вт, ср, чт, пт) 9:05 – 9:35 (пн)	8:30 – 9:00 (пн, вт, чт, пт) 9:25 – 10:00	8:30 – 9:00 (пн, вт, чт, пт) 9:25 – 10:00

занятиям	9:15 – 9:40 (пн) 8:40-9:10 (ср) 9:10 – 9:55 (вт) 9:25 – 9:35 (ср) 9:50 – 9:55 (ср) 9:15 – 9:25 (чт) 9:40 – 9:55 (чт) 9:15 – 9:35 (пт)	(вт) 8:40 – 8:45 (ср) 9:00 -9:25 (ср) 8:40 – 9:00 (чт) 9:15 – 9:25 (чт) 8:40 – 9:10 (пт) 9:25 - 9:35 (пт) 9:30 - 9:50 (пн) 9:35 – 9:50 (вт) 9:40 – 9:50 (ср,чт)	(вт) 8:40 – 8:45 (ср) 9:00 -9:25 (ср) 8:40 – 9:00 (чт) 9:15 – 9:25 (чт) 8:40 – 9:10 (пт) 9:25 - 9:35 (пт) 9:30 - 9:50 (пн) 9:35 – 9:50 (вт) 9:40 – 9:50 (ср,чт)	(ср) 9:20 – 9:35 (пн,вт) 9:20 – 9:55 (чт,пт) 10:00 – 10:20 (чт) 9:20-9:35 (вт) 9:20 – 10:00 (пт)	(пн,вт) 9:20 – 9:55 (чт) 9:20-9:30 (пт) 9:50-9:55 (пт) 9:20-9:35 (вт)	8:30 – 9:45 (вт) 8:30 – 9:00 (ср,чт) 9:20 – 10:05 (ср) 9:20-9:50 (чт) 8:30 – 8:40 (пт) 9:00 – 10:05 (пт) 9:55 – 10:05 (пн)	8:30 – 9:45 (вт) 8:30 – 9:00 (ср,чт) 9:20 – 10:05 (ср) 9:20-10:10 (чт) 8:30 – 8:40 (пт) 9:00 – 9:10 (пт) 9:55 – 10:05 (пн) 9:30 – 10:05 (пт)	(пн) 9:25 – 10:00 (вт) 10:05 – 10:15 (вт) 8:30 – 10:00 (ср) 9:25 – 9:35 (чт,пт)	(пн) 9:25 – 10:15 (вт) 10:05 – 10:15 (вт) 8:30 – 10:00 (ср) 9:25 – 9:35 (чт,пт)
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9:00 – 9:15 (пн,чт,пт) 9:40 – 9:55 (пн) 8:55-9:10 (вт) 9:10 - 9:25 (ср) 9:35 – 9:50 (ср,пт) 9:25 – 9:40 (чт)	9:15 – 9:30 (пн) 9:20 – 9:35 (вт) 8:45 – 9:00 (ср) 9:25 - 9:40 (ср,чт) 9:00 – 9:15 (чт) 9:10 – 9:25 (пт) 9:35 – 9:50 (пт)	9:15 – 9:30 (пн) 9:20 – 9:35 (вт) 8:45 – 9:00 (ср) 9:25 - 9:40 (ср,чт) 9:00 – 9:15 (чт) 9:10 – 9:25 (пт) 9:35 – 9:50 (пт)	9:00 – 9:20 (пн,вт,чт,пт) 9:35 – 9:55 (пн,вт) 9:35 – 9:55 (ср) 11:40 – 12:00 (чт) 9:30-9:50 (пт) 10:00 – 10:20 (пт)	9:00 – 9:20 (пн,вт,ср,чт,пт) 9:35 – 9:55 (пн,вт) 9:35 – 9:55 (ср) 11:40 – 12:00 (чт) 9:30-9:50 (пт) 10:00 – 10:20 (пт)	8:45 – 9:05 (пн) 9:35 – 9:55 (пн) 9:45 – 10:05 (вт) 9:00 – 9:20 (ср,чт) 10:10 – 10:30 (ср) 9:50 – 10:10 (чт) 8:40 – 9:00 (пт)	8:45 – 9:05 (пн) 9:35 – 9:55 (пн) 9:45 – 10:05 (вт) 9:00 – 9:20 (ср,чт) 10:10 – 10:30 (ср) 11:40 – 12:00 (чт) 8:40 – 9:00 (пт) 9:10 – 9:30 (пт)	9:00 – 9:25 (пн,вт,чт,пт) 10:05 – 10:30 (пн) 10:15 – 10:40 (вт) 11:35 – 12:00 (ср) 9:35 – 10:00 (чт)	9:00 – 9:25 (пн,вт,чт,пт) 10:05 – 10:30 (пн) 10:15 – 10:40 (вт) 11:35 – 12:00 (ср) 9:35 – 10:00 (чт)
Второй завтрак	9:55 – 10:05	9:50 – 10:00	9:50 – 10:00	9:55–10:00	9:55–10:00	10:05 – 10:10 (пн,вт,ср,пт) 10:10–10:15 (чт)	10:05 – 10:10 (пн,вт,ср,пт) 10:10–10:15 (чт)	10:00–10:05	10:00–10:05
Подготовка к	10:05 -11:30	10:00 – 11:30	10:00 – 11:30	10:00 – 12:00	10:00 – 12:00	10:10 – 12:00	10:10 – 12:00	10:05 – 12:00	10:05 – 12:00

прогулке, прогулка, возвращение с прогулки				(пн,вт,ср) 10:40-12:00 (чт) 10:20 – 12:00 (пт)	(пн,вт,ср) 10:40-12:00 (чт) 10:20 – 12:00 (пт)	(пн,вт,чт,пт) 10:30-12:00 (ср)	(пн,вт,чт,пт) 10:30-12:00 (ср)	(ср,чт,пт) 10:30 – 12:00 (пн) 10:40 – 12:00 (вт)	(ср,чт,пт) 10:30 – 12:00 (пн) 10:40 – 12:00 (вт)
Подготовка к обеду, обед	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30
Подготовка ко сну, дневной сон ²	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00
Подъём детей, закаливающие процедуры	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:15	15:00 – 15:15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:20 – 16:00 15:20-15:25 (вт) 15:40-16:00 (вт)	15:20 – 15:40 (пн) 15:55 - 16:05 (пн)	15:20 – 15:40 (пн) 15:55 – 16:05 (пн) 15:20-15:50 (вт)	15:20 – 16:10 (пн,вт,чт,пт) 15:20 – 15:40 (ср) 16:00 – 16:10 (ср)	15:20 – 15:40 (пн,ср) 15:20 – 16:00 (чт) 16:00 – 16:10 (пн,вт,ср,чт,пт)	15:20 – 16:10 (пн,ср,чт,пт) 16:00 – 16:10 (вт)	15:20 – 15:40 (пн,вт,ср,чт,пт) 16:00 – 16:10 (пн,вт,ср,чт,пт)	15:15 – 15:40 (вт) 15:40 – 16:15 (пн) 16:05 – 16:15 (вт) 15:15 – 15:40 (ср) 15:15 – 15:20 (чт) 15:45 - 16:15 (чт)	15:15 – 15:50 (пн) 15:20 – 15:40 (вт) 16:05 – 16:15 (вт,ср) 15:15 – 15:40 (вт,ср) 15:15 – 15:20 (чт) 15:45 - 16:15 (чт)
Занятия (при необходимости)	-	-	-	-	15:40 – 16:00 (пн) 16:30 – 16:55 (чт)	-	15:40 – 16:00 (вт,чт)	15:15 – 15:40 (пн) 15:20 – 15:45 (чт)	15:50 – 16:15 (пн) 15:40 – 16:05 (ср) 15:20 – 15:45 (чт)
Занятия по платным образовательным услугам	15:25 – 15:40 (вт)	15:40 – 15:55 (пн) 15:50– 16:05 (вт)	15:40 – 15:55 (пн) 15:50– 16:05 (вт)	15:40 – 16:00 (ср)	15:40 – 16:00 (вт,ср)	15:50 – 16:10 (вт)	15:40 – 16:00 (пн,ср, пт)	15:40 – 16:05 (вт,ср,пт)	15:40 – 16:05 (вт, пт)
Подготовка к уплотненному	16:00 – 16:30	16:05 – 16:25	16:05 – 16:25	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:15 – 16:35	

² Продолжительность дневного сна для детей от 1 года до 3 лет должна быть не менее 3,0 часов, для детей от 4 до 7 лет - не менее 2,5 часов

игры, наблюдения, самостоятельная и трудовая деятельность, воздушные и солнечные процедуры), возвращение с прогулки											
Занятия в игровой форме по подгруппам*/ занятия на прогулке	9:00 – 9:06	9:16 – 9:22	9:00 – 9:15	9:00 – 9:15	9:00 – 9:15	9:00 – 9:20	9:00 – 9:20	9:00 – 9:20	9:00 – 9:20	9:00 – 9:25	9:00 – 9:25
Подготовка к обеду, обед	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	11:30 – 12:00	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	11:30 – 12:00	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:00 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:00 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	15:20 – 16:02	15:20 – 16:02	15:20 – 16:00	15:20 – 16:00	15:20 – 16:05	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10	15:20 – 16:05	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10	15:20 – 16:10
Занятия в игровой форме по подгруппам*	15:20 – 15:26	15:36 – 15:42	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16:02 – 16:32	16:02 – 16:32	16:00 – 16:30	16:00 – 16:30	16:00 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:15 – 16:35	16:15 – 16:35
Прогулка (наблюдение, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная	16:32 – 19:00	16:32 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:35 – 19:00	16:35 – 19:00

деятельность), уход домой											
------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Корпус 3, ул. МИРА, 142

Компоненты режима	А вторая младшая № 3	А средняя № 2	А старшая № 5	А подготовительная № 1	А смешанная дошкольная (ТНР) № 9	
	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, осмотр, активное бодрствование детей игры, самостоятельная деятельность	07:00 – 08:00	07:00 – 8:00	07:00 – 07:55	07:00 – 8:00	07:00 – 8:00	07:00 – 8:00
Утренняя гимнастика	08:00 – 08:10	08:00 – 08:10	07:55 – 08:05	08:20 – 08:30	08:15 – 08:25	08:15 – 08:25
Подготовка к завтраку, завтрак	08:10 – 08:40	08:15 – 08:40	08:20 – 08:45	08:30 – 08:50	08:25-08:45	08:25-08:45
Активное бодрствование детей самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	08:40 – 09:00 09:15-09:25 (пн, вт, ср) 09:15-09:40 (чт, пт)	08:10 – 08:15 08:40-09:00 (пн) 08:40-08:55 (вт, ср) 08:40-09:25 (чт, пт) 09:20-09:30 (пн) 09:15-09:25 (вт, ср) 09:50-09:55 (пн) 09:45-09:55 (вт, ср, чт)	08:05 – 08:20 08:45 – 09:00 09:25-09:35 (пн, вт) 09:25-09:45 (ср, пт) 09:25-10:00 (чт) 10:10-10:20 (пн, вт)	08:00 – 08:20 08:50-09:00 09:30-09:40 (пн, вт) 09:30-10:10 (ср, чт, пт) 10:20-10:30(чт, пт,) 10:20-11:00 (пн, вт, ср)	08:00 – 08:15 08:45 – 09:00 (пн, вт, ср, пт) 09:25-09:35 (пн) 10:10-10:55(пн, пт) 09:25-09:45 (вт) 10:20-10:55 (вт, чт) 09:25-10:00 (ср пт) 10:10-10:30(ср) 09:10-09:45 (чт)	08:00 – 08:15 08:45 – 09:00 (пн, вт) 09:25-09:35 (пн) 10:10-10:55(пн, пт) 09:25-09:45 (вт) 10:20-10:55 (вт, чт) 08:45- 09:35 (ср, пт) 08:45-09:20 (чт) 10:10-10:30 (ср)
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:00 – 09:15 09:25– 09:40 (пн, вт, ср)	09:00-09:20 (пн) 09:30-09:50 (пн) 08:55-09:15 (вт, ср) 09:25-09:45 (вт, ср, чт, пт)	09:00 – 09:25 09:35-10:00 (пн, вт) 09:55-10:20 (ср, пт) 11:40-12:05 (чт)	09:00 – 09:30 09:40-10:10 (пн, вт) 10:30-11:00 (чт.пт) 11:55-12:25 (ср)	09:00 – 09:25 09:35 – 10:00 (пн) 9:55-10:20 (вт, чт) 10:30-10:55 (ср) 08:45-09:10 (чт) 11:55-12:20 (пт)	09:00 – 09:25 (пн, вт) 09:35 – 10:00 (пн, ср, пт) 9:55-10:20 (вт, чт) 09:20-09:45 (чт) 10:30-10:55 (ср) 11:55-12:20 (пт)

Компоненты режима	А вторая младшая № 3	А средняя № 2	А старшая № 5	А подготовительная № 1	А смешанная дошкольная (ТНР) № 9	
	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет	5-6 лет	6-7 лет
Второй завтрак	09:40 – 9:50	09:55 – 10:05	10:00 – 10:10 09:45-09:55 (ср, пт)	10:10-10:20	10:00-10:10 09:45-09:55 (вт, чт)	10:00-10:10 09:45-09:55 (вт, чт)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9:50 – 11.40	10:05 – 12:00	10:20 – 12:00	11:00 – 12:25	10:55-12:20	10:55-12:20
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12:10	12:00 – 12:30	12:00 – 12:30	12:25– 12:45	12:20 – 12:45	12:20 – 12:45
Подготовка ко сну, дневной сон	12:10 – 15:10	12:30 – 15:00	12:30 – 15:00	12:45 – 15:15	12:45 – 15:15	12:45 – 15:15
Подъём детей, оздоровительные и закаливающие процедуры	15:10 – 15:30	15:00 – 15:20	15:00 – 15:10	15:15 – 15:25	15:15 – 15:25	15:15 – 15:25
Активное бодрствование детей игры, самостоятельная деятельность детей	15:30 – 15:55 15:45-15:55 (чт, пт)	15:20-16:00 15:20 – 15:30(чт, пт) 15:50 – 16:00(чт, пт)	15:35 – 16:05 (пн) 15:10-16:30	15:25 – 15:40 (ср, чт, пт) 15:25 – 16:10 (пн, вт)	15:25-15:45 (пн) 15:25-15:30 (вт, ср, чт, пт) 15:55-16:10 (вт, ср, чт, пт)	15:25-15:45 (пн) 15:25-15:30 (вт, ср, чт, пт) 15:55-16:10 (вт, ср, чт, пт)
Занятия	ПОУ: 15:30 – 15:45 (чт, пт)	ПОУ: 15:30 – 15:50 (чт, пт)	15.10-15.35 (пн) 15.30-15.55 (вт, чт, пт) ПОУ: 15:30-15:55 (ср)	16:30-17:00 (пн, вт) ПОУ: 15:40 – 16:10 (ср, чт, пт)	15:45-16:10 15:30-15:55 (вт, пт) ПОУ: 15:30-15:55 (ср, чт)	15:45-16:10 15:30-15:55 (вт, пт) ПОУ: 15:30-15:55 (ср, чт)
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15:55 – 16:35	16:00 – 16:30	16:05 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30	16:10 – 16:30
Активное бодрствование детей самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	16:35 – 17:20	16:30 – 17:30	16:30 – 17:30	16:30 – 17:20 17:00-17:20 (пн, вт)	16:30 – 17:30	16:30 – 17:30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17:20 – 19:00	17:30 – 19:00	17:30 – 19:00	17:20 – 19:00	17:30 – 19:00	17:30 – 19:00

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА
Корпус 3, ул. МИРА, 142

Компоненты режима	А вторая младшая № 3	А средняя № 2	А старшая № 5	А подготовительная № 1	А смешанная дошкольная (ТНР) № 9	
	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, осмотр, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность	07:00 –08:00	07:00 –08:05	07:00 –08:10	07:00 –08:20	07:00 –08:15	07:00 –08:15
Утренняя гимнастика	08:00 – 08:10	08:05 – 08:15	08:10 – 08:20	08:20 – 08:30	08:15 – 08:25	08:15 – 08:25
Подготовка к завтраку, завтрак	08:10 – 08:40	08:15 – 08:40	08:20 – 08:45	08:30 – 08:50	08:25-08:50	08:25-08:50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность	08:40 – 09:00	08:40 – 09:00	08:45 – 09:00	08:50 – 09:00	08:50 – 09:00	08:50 – 09:00
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, наблюдения, самостоятельная и трудовая деятельность, воздушные и солнечные процедуры), возвращение с прогулки	09:00– 11:40	09:00 – 12:10	09:00– 12:15	09:00 – 12:25	09:00– 12:10	09:00– 12:10
Второй завтрак	10:00-10:10	10:00-10:10	10:05-10:15	10:05-10:15	10:05-10:15	10:05-10:15
Занятия в игровой форме по подгруппам*/ занятия на прогулке	09:00– 09:15	09:00 – 09:20	09:00 – 09:25	09:00 – 09:30	09:00 – 09:20	09:00 – 09:20
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12:10	12:10 – 12:30	12:15 – 12:35	12:25– 12:40	12:10 – 12:35	12:10 – 12:35
Подготовка ко сну, дневной сон	12:10 – 15:10	12:30 – 15:00	12:35 – 15:05	12:40 – 15:10	12:35 – 15:05	12:35 – 15:05
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15:10 – 15:20	15:00 – 15:10	15:05 – 15:15	15:10 – 15:20	15:05 – 15:15	15:05 – 15:15

Компоненты режима	А вторая младшая № 3	А средняя № 2	А старшая № 5	А подготовительная № 1	А смешанная дошкольная (ТНР) № 9	
	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет	5-6 лет	6-7 лет
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	15:20 – 15:55	15:10 – 16:00	15:15 – 16:05	15:20 – 16:10	15:15 – 16:05	15:15 – 16:05
Занятия в игровой форме по подгруппам на улице*	-	-	-	-	-	-
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15:55 – 16:35	16:00 – 16:30	16:05 – 16:30	16:10 – 16:35	16:05 – 16:30	16:05 – 16:30
Прогулка (наблюдение, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность), уход до-мой	16:35 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00	16:35 – 19:00	16:30 – 19:00	16:30 – 19:00

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Корпус 4, ул. МИРА, 131

Компоненты режима	А вторая младшая	А средняя	А смешанная дошкольная (5-7 лет)		Б смешанная дошкольная (4-6 лет)		В смешанная дошкольная (5-7 лет)	
	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет	4–5 лет	5–6 лет	5–6 лет	6–7 лет
Приём детей, осмотр, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/игры, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00–08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.15 – 08.30	08.15 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40	08.20 – 08.40	08.20 – 08.45	08.20 – 08.45	08.20 – 08.45	08.20 – 08.45	08.30 – 08.50	08.30 – 08.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)*/ самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	08.40–09.00 09.15–09.25 (ПН, СР–ПТ) 09.15–09.40 (ВТ)	08.40–09.00 (ВТ–ПТ) 08.40–09.30 (ПН) 09.20–09.30 (ВТ–ПТ)	08.45–09.00 09.25–10.00 10.10–10.35 (ПТ)	08.45–09.35 10.10–10.35 (ПТ)	08.45–09.00 09.20– 09.30 (ПН–ЧТ) 09.20–09.50 (ПТ)	08.45–09.00 (ПН–ЧТ) 08.45–09.30 (ПТ) 09.20–09.50 (ПН, ВТ) 09.20–09.30 (СР, ЧТ) 10.00–10.20 (СР–ПТ)	08.50–09.00 09.25– 09.35 09.35–10.00 (ПТ) 10.10–10.35 (ПН–ПТ)	08.50–09.35 (ПН, СР–ПТ) 08.50–09.00 09.25–09.35 (ВТ) 10.10– 10.35 (ПТ)

Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* / занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00 – 09.15 09.25 – 09.40 (ПН., СР, ЧТ, ПТ)	09.00 – 09.20 (ВТ, СР, ЧТ, ПТ) 09.30 – 09.50	09.00 – 09.25 10.10 – 10.35 (ПН-ЧТ) 11.50–12.15 (ПТ, на свежем воздухе)	09.35 – 10.00 10.10 – 10.35 (ПН-ЧТ) 11.50–12.15 (ПТ, на свежем воздухе)	09.00 – 09.20 09.30 – 09.50 (ПН, ВТ, СР, ЧТ) 10.00 – 10.20 (ПТ)	09.00–09.20 (ПН-ЧТ) 09.30–09.50 (СР-ПТ) 10.00–10.20 (ПН, ВТ) 11.50–12.10 (ПТ, на свежем воздухе)	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 (ПН-ЧТ) 11.50–12.15 (ПТ, на свежем воздухе)	09.00 – 09.25 (ВТ) 09.35 – 10.00 (ПН-ПТ) 10.10 – 10.35 (ПН-ЧТ) 11.50–12.15 (ПТ, на свежем воздухе)
Второй завтрак	09.40 – 09.50	09.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	09.50 – 10.00	09.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.50 – 11.40	10.00 – 12.10	10.35 – 12.15	10.35 – 12.15	10.20 – 12.10	10.20 – 12.10	10.35 – 12.25	10.35 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.10	12.10 – 12.30	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30	12.25 – 12.40	12.25 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон ³	12.10– 15.10	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30– 15.00	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10
Подъём детей, оздоровительные и гигиенические процедуры* / закаливающие процедуры	15.10 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.05	15.00 – 15.05	15.00 – 15.05	15.00 – 15.05	15.10 – 15.20	15.10 – 15.20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* / игры, самостоятельная деятельность детей	15.15–16.05 (ПН, СР–ПТ) 15.15–16.05 (ВТ)	15.30 – 16.10 (ПН) 15.10 – 16.10 (ВТ, СР, ЧТ, ПТ)	15.30 – 16.20 (СР, ЧТ) 15.05 – 15.40 16.05 – 16.20 (ПН, ВТ, ПТ)	15.05 – 15.40 16.05 – 16.20	15.05–16.10 (ПН, ВТ, ЧТ, ПТ) 15.05–15.25 (СР) 15.25–16.10 (СР)	15.05–15.25 (ПН, СР) 15.25–16.10 (ПН, СР) 15.05–15.40; 16.00–16.10 (ВТ, ЧТ) 15.05–16.10 (ПТ)	15.20 – 15.40 (ВТ, ЧТ) 16.05 – 16.20 (ВТ, ЧТ) 15.20 – 15.35 (ПН, СР, ПТ) 16.00–16.20 (ПН, СР, ПТ)	15.20–15.35 16.00–16.20 (ПН, СР, ПТ) 15.20–16.20 (ВТ) 15.20–15.40 16.05–16.20 (ЧТ)
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей* / Занятия (при необходимости) / Платные образовательные услуги (при наличии)	15.15–15.30 (ПОУ: ВТ) 15.30–15.45 (ПОУ: ВТ)	 15.10 – 15.30 (ПОУ: ПН.)	15.05 – 15.30 (СР, ЧТ) 15.40 – 16.05 (ПОУ: ПН, ВТ, ПТ)	15.40 – 16.05 (СР, ЧТ) 15.40 – 16.05 (ПОУ: ПН, ВТ, ПТ)	15.05–15.25 (ПОУ: СР) 15.05–15.25 (ПОУ: ПН, СР)	15.40–16.00 (ВТ, ЧТ) 15.05–15.25 (ПОУ: ПН, СР)	15.40 – 16.05 (ВТ, ЧТ) 15.35 – 16.00 (ПОУ: ПН, СР, ПТ)	15.40 – 16.05 (ЧТ) 15.35 – 16.00 (ПОУ: ПН, СР, ПТ)
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.05 – 16.35	16.10 – 16.40	16.20 – 16.45	16.20 – 16.45	16.10 – 16.40	16.10 – 16.40	16.20 – 16.45	16.20 – 16.45

³ Продолжительность дневного сна для детей от 1 года до 3 лет должна быть не менее 3,0 часов, для детей от 4 до 7 лет - не менее 2,5 часов

Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* /самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	16.35 – 17.20	16.40 – 17.30	16.45 – 17.10	16.45 – 17.10	16.40 – 17.30	16.40 – 17.30	16.45 – 17.10	16.45 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20 – 19.00	17.30 – 19.00	17.10 – 19.00	17.10 – 19.00	17.30 – 19.00	17.30 – 19.00	17.10 – 19.00	17.10 – 19.00

* – компоненты режима в раннем возрасте

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА Корпус 4, ул. МИРА, 131

Режимные моменты/группы	А вторая младшая	А средняя	А смешанная дошкольная (5-7 лет)		Б смешанная дошкольная (4-6 лет)		В смешанная дошкольная (5-7 лет)	
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	4-5 лет	5-6 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, осмотр, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* / игры, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00	07.00 – 08.10	07.00–08.20		07.00 – 08.15		07.00–08.20	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	08.10 – 08.20	08.20 – 08.30		08.15 – 08.25		08.20 – 08.30	
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40	08.20 – 08.40	08.30 – 08.50		08.25 – 08.45		08.30 – 08.50	
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* / игры, самостоятельная деятельность	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	08.50 – 09.00		08.45 – 09.00		08.50 – 09.00	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, трудовая и самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки.	09.00–11.45	09.00–12.00	09.00–12.20		09.00–12.10		09.00–12.20	
Второй завтрак	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00		10.30 – 11.00		10.30 - 11.00	
Занятия в игровой форме по подгруппам* / занятия на прогулке	09.00 – 09.15	09.00 – 09.20	09.00 – 09.30		09.00 – 09.25		09.00 – 09.30	
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* /самостоятельная деятельность детей	11.45 – 12.00	12.00 – 12.10	12.20 – 12.30		12.10 – 12.20		12.20 – 12.30	
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.10 – 12.40	12.30 – 13.00		12.20 – 12.50		12.30 – 13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.30	12.40 – 15.10	13.00 – 15.30		12.50 – 15.20		13.00 – 15.30	
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30 – 15.40	15.10 – 15.20	15.30–15.40		15.20–15.40		15.30 – 15.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* /игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	15.40 – 16.05	15.20 – 16.10	15.40–16.20		15.40 – 16.30		15.40 – 16.30	
Занятия в игровой форме по подгруппам на прогулке*	-	-	-		-		-	
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.05 – 16.35	16.10 – 16.40	16.20 – 16.55		16.30 – 16.45		16.30 – 16.55	
Прогулка (наблюдение, активное бодрствование детей (игры, предметная	16.35 – 19.00	16.40 – 19.00	16.55 – 19.00		16.45 – 19.00		16.55 – 19.00	

деятельность и другое)*/ игры, самостоятельная деятельность), уход домой					
--	--	--	--	--	--

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на 2026–2027 учебный год

1. Сведения о ДОО:

- адрес: 445035, РФ, Самарская область, г. Тольятти, ул. Мира, 156
- телефон: (8482) 28-40-76, 26-63-64, факс: 26-14-88
- сайт: <http://www.мбу49тольятти.росшкола.рф/>
- количество обучающихся на начало учебного года: 445 чел.
- количество педагогов на начало учебного года: 45 чел.
- режим работы: пятидневная рабочая неделя с 7:00 до 19: 00. Нерабочие дни – суббота и воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством РФ.

2. Продолжительность учебного года:

- начало учебного года 01.09.2026;
- окончание учебного года 31.08.2027.

3. Продолжительность учебной недели 5 дней.

4. Количество учебных недель 37.

5. Регламентирование образовательного процесса на день (основание: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»).

Распределение недельной образовательной нагрузки

Возраст детей	Продолжитель- ность одного занятия	Недельная образовательная нагрузка по основным общеобразовательным программам дошкольного образования		Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам дошкольного образования		Недельная образовательн ая нагрузка, итог
		Количес- тво занятий	Продолжите- льность занятий	Количество занятий	Продолжитель- ность занятий	
Распределение образовательной нагрузки в группах общеразвивающей направленности						
Корпус 1						
3–4 года (группа см.дошк. для детей 3-5 лет)	15 мин.	9	135 мин.	1	15 мин	150 мин.
4–5 лет (группа см.дошк. для детей 3-5 лет)	15 мин.	9	135 мин.	1	15 мин.	150 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	13*	325 мин.	2	50 мин.	375 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	13*	325 мин.	2	50 мин.	375 мин.
Корпус 2						
3–4 года	15 мин.	9	135 мин.	1	15 мин	150 мин.
4–5 лет	20 мин.	8	160 мин.	2	40 мин.	200 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
Корпус 3						
3-4 года (вторая младшая группа)	15 мин.	8	120 мин.	2	30 мин.	150 мин
4-5 лет (средняя группа)	20 мин.	7	140 мин.	3	60 мин.	200 мин.
5-6 лет (старшая группа)	25 мин.	11	275 мин.	4	100 мин.	375 мин.
6-7 лет (подготовительная группа)	30 мин.	11	330 мин.	4	120 мин.	450 мин.
Корпус 4						
3–4 года (вторая младшая группа)	15 мин.	9	135 мин.	1	15 мин	150 мин.
4–5 года (средняя группа)	20 мин.	9*	180 мин.	1	20 мин	200 мин.
5–6 лет	25 мин.	12	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.

(группа см.дошк. для детей 5-7 лет)						
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
Распределение образовательной нагрузки в группах компенсирующей направленности для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи						
Корпус 1						
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	13*	325 мин.	2	50 мин.	375 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	13*	325 мин.	2	50 мин.	375 мин.
Корпус 2						
4-5 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	8	160 мин.	2	40 мин.	200 мин.
5-6 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	12	240 мин.	3	60 мин.	300 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
Корпус 3						
4–5 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	9*	180 мин.	1	20 мин.	200 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	14*	280 мин.	1	20 мин.	300 мин.
Корпус 4						
4–5 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	10*	200 мин.	0	0	200 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 4-6 лет)	20 мин.	12*	240 мин.	3	60 мин.	300 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. для детей 5-7 лет)	25 мин.	12*	300 мин.	3	75 мин.	375 мин.

*- разное количество занятий по реализации ООП ДО и АОП ДО в группах одного и того же возраста в разных корпусах обусловлено разным количеством занятий по платным образовательным услугам. Занятия по изобразительной деятельности, конструированию по реализации ООП ДО проводятся в совместной образовательной деятельности в ходе режимных моментов.

Начало занятий: не ранее 8:00.

Окончание занятий: не позднее 17:00.

Продолжительность перерывов между занятиями: не менее 10 мин.

Дневная образовательная нагрузка, длительность занятий:

Распределение дневной образовательной нагрузки

Возраст воспитанников	Продолжительность занятия	Максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня	Максимально допустимый объём образовательной нагрузки во второй половине дня
Корпус 1			
3–4 года (группа см.дошк. общеразвив. направленности для детей 3-5 лет)	15 мин.	30 мин.	-
4–5 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 3-5 лет)	15 мин.	30 мин.	-

5–6 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
Корпус 2			
3–4 года (группа общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет)	15 мин.	30 мин.	-
4–5 лет (группа общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет)	20 мин.	40 мин.	-
5–6 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
6–7 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
4–5 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 4-6 лет)	20 мин.	40 мин.	-
5–6 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	20 мин.	40 мин.	20 мин.
5–6 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
6–7 лет	25 мин.	50 мин.	25 мин.

(группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)			
Корпус 3			
1-1,5 лет (группа см.ран. для детей 1-3 лет)	6 мин.	6 мин.	6 мин.
1,5–3 года (группа см.ран. для детей 1-3 лет)	6 мин.	6 мин.	6 мин.
3–4 года (вторая младшая группа общеразвив. направленности)	15 мин.	30 мин.	-
4–5 лет (средняя группа общеразвив. направленности)	15 мин.	30 мин.	-
5–6 лет (старшая группа общеразвив. направленности)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
6–7 лет (подготовительная группа общеразвив. направленности)	30 мин.	60 мин.	30 мин.
4-5 лет (группа см.дошк. компенсир. направленности для детей 4-6 лет)	20 мин.	40 мин.	-
5-6 лет (группа см.дошк. компенсир. направленности для детей 4-6 лет)	20 мин.	40 мин.	20 мин.
Корпус 4			
1-1,5 лет (группа см.ран. для детей 1-3 лет)	6 мин.	6 мин.	6 мин.
1,5–3 года (группа см.ран. для детей 1-3 лет)	6 мин.	6 мин.	6 мин.
3–4 года (вторая младшая группа общеразвивающей направленности)	15 мин.	30 мин.	-
4–5 года (средняя группа общеразвивающей направленности)	20 мин.	40 мин.	-
5–6 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.

6–7 лет (группа см.дошк. общеразвивающей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин.
4–5 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 4-6 лет)	20 мин.	40 мин.	
5–6 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 4-6 лет)	20 мин.	40 мин.	20 мин
5–6 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин
6–7 лет (группа см.дошк. компенсирующей направленности для детей 5-7 лет)	25 мин.	50 мин.	25 мин

Организация образовательного процесса в летний период: в летний период образовательный процесс организуется с минимальным использованием занятий в организационных формах (индивидуальные и подгрупповые занятия) и максимальной организацией самостоятельной игровой деятельности и совместной деятельности взрослых и детей на свежем воздухе. Занятия по физическому развитию организуются на открытом воздухе.

6. Сроки проведения оценки индивидуального развития детей:

- 2 раза в год (в начале и в конце учебного года (сентябрь, май)) – оценка эффективности педагогических воздействий по реализации ООП ДО;

- 3 раза в год (в начале, в середине и в конце учебного года (сентябрь, январь, май)) – оценка эффективности коррекционно-развивающей работы с детьми ОВЗ в компенсирующих и общеразвивающих группах.

Учебный план реализации основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада

№ 49 «Весёлые нотки» на 2026–2027 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план реализации основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 49 «Весёлые нотки» (далее – Учреждение) (далее – ООП ДО) – документ, определяющий перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения содержания ООП ДО, а также организации мониторинговых исследований по оценке эффективности и качества их реализации.

Нормативно-правовое основание учебного плана

Учебный план по реализации ООП ДО разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013

№ 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта

дошкольного образования»;

приказом министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373

«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (далее – ФОП ДО);

приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФАОП ДО);

постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19

«Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

Проектирование образовательного процесса предусматривает и предполагает:

решение образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках образовательной деятельности (далее – ОД), но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми в виде игр, бесед, чтения, наблюдений и др.

комплексно-тематический подход в построении образовательного процесса с учетом реализации принципа интеграции образовательных областей.

Учреждение работает в режиме пятидневной рабочей недели.

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа.

В летний период занятия не проводятся. Проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие мероприятия художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направления; увеличивается продолжительность прогулок.

В 2026–2027 учебном году в Учреждении функционируют 22 группы, из них 16 групп общеразвивающей направленности.

- 2 младшая группа (3–4 года) – 3 (корпус 2, 3, 4);
- средняя группа (4–5 лет) – 2 (корпус 3, 4);
- старшая группа (5–6 лет) – 1 (корпус 3);
- подготовительная к школе группа (6-7 лет) – 1 (корпус 3);
- смешанная дошкольная группа (3-5 лет) – 2 (корпус 1, 2);
- смешанная дошкольная группа (4-7 лет) – 1 (корпус 2);
- смешанная дошкольная группа (5-7 лет) – 2 (корпус 1, 4).

Направления развития и образования детей в различных видах деятельности

Учебный план реализации ООП ДО обеспечивает реализацию содержания ООП ДО и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления обучения и воспитания детей (далее - образовательные области): физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое.

Каждая из этих образовательных областей осваивается детьми в различных видах деятельности взрослых и детей и реализуется в различных организационных формах образовательного процесса.

Таблица 1

Основные виды детской деятельности

Дошкольный возраст

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другое);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка;
- двигательная (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другое);
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд);
- музыкальная (слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах).

Таблица 2

Сроки освоения ООП ДО

Группа	Данные об освоении ООП ДО		
	возраст на начало обучения	возраст завершения обучения	возможная длительность обучения
с учетом возраста детей			
Группы для детей дошкольного возраста	3 года	6–7 лет	3-4 года
с учетом направленности групп			
Группы общеразвивающей направленности	1 год	6–7 лет	5–6 лет

Учебный план реализации ООП ДО включает обязательную часть (инвариантная) и часть, формируемую участниками образовательного процесса (вариативная).

Инвариантная часть учебного плана, составляющая не менее 60% учебного времени, составлена на основе ФОП ДО и ФАОП ДО (т.к. имеются обучающиеся с ОВЗ с общеразвивающих групп).

Вариативная часть, формируемая участниками образовательного процесса и составляющая 40% учебного времени, включает в себя следующие парциальные программы:

- Программа патриотического воспитания дошкольников «Я живу на Самарской земле» под редакцией О.В. Дыбиной, С. Е. Анфисовой, А. Ю. Кузиной и др., Тольятти, 2014. Программа реализуется в группах детей с 3-х до 7-ми лет.

- Парциальная образовательная программа дошкольного образования «От Фребеля до робота: растим будущих инженеров» Волосовец Т.В., Карпова Ю.В., Тимофеева Т.В. (учебное пособие. 2-е изд., испр. и доп. Самара: Вектор, 2018. 79 с. Рецензия. Протокол № 11 от 19.06.2019 г. заседания Ученого совета педагогического института НИУ «БелГУ» (<https://old-firo.ranepa.ru/obrazovanie/fgos/95-partsialnye-obrazovatelnye-programmy/503-ot-frebelya-do-robota>)). Программа реализуется в группах детей с 5-ти до 7-ми лет;

- Примерная парциальная образовательная программа дошкольного образования для детей 5–7 лет «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности» под ред. Шатова А.Д., Аксенова Ю.А., Кириллов И.Л., Давыдова В.Е., Мищенко И.С. (Центральный Банк Российской Федерации совместно с Министерством Просвещения России). Программа реализуется в группах детей с 5-ти до 7-ми лет.

Вариативная часть ООП ДО реализуется непосредственно в образовательной деятельности, режимных моментах, совместной деятельности педагогов и воспитанников и совместно с семьями воспитанников. Время, отведенное на реализацию вариативной части образовательной программы за пределами занятий, не учитывается при определении максимально допустимой недельной нагрузки воспитанников.

Инвариантная и вариативная части реализуются во взаимодействии друг с другом в различных видах детской деятельности.

Максимальный объем недельной образовательной нагрузки соответствует требованиям СанПиН 1.2.3685-21 к организации образовательного процесса.

Таблица 3

Максимальный объем недельной образовательной нагрузки

Возраст	Максимально допустимый объем суммарной образовательной нагрузки в неделю	
	Кол-во	Мин.
3–4 года	8 (корпус 2, 3)*	120
	9 (корпус 1, 2, 4)*	135
4–5 лет	8 (корпус 2, 3)*	160
	9 (корпус 1, 2, 4)*	180
5–6 лет	12 (корпус 2, 4)*	300
	14 (корпус 3)*	350
	13 (корпус 1)*	325
6–7 лет	12 (корпус 2, 3, 4)*	360
	13 (корпус 1)*	390

*- разное количество занятий по реализации ООП ДО в группах одного и того же возраста в разных корпусах обусловлено разным количеством занятий по платным образовательным услугам. Занятия по изобразительной деятельности, конструированию по реализации ООП ДО проводятся в совместной образовательной деятельности в ходе режимных моментов.

Последовательность и распределение по периодам обучения

Учебный план реализации ООП ДО в соответствии с календарным учебным графиком определяет последовательность и распределение объема воспитательно-образовательной работы, которая реализуется через организацию различных видов детской деятельности в течение учебного года или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы.

Распределение количества времени на освоение учебного плана реализации ООП ДО и количества времени на летне-оздоровительный режим работы представлено в таблице 4. В летний оздоровительный период занятия с детьми заменяются мероприятиями эстетически-оздоровительного цикла.

Таблица 4

Количество времени на освоение учебного плана

2026/ 2027	Количество времени на освоение учебного плана ООП ДО		Количество времени на летне-оздоровительный режим работы	
	количество учебных недель	количество дней	количество учебных недель	количество дней
ВСЕГО	38	184	13	64

Таблица 5

Формы организации детей в рамках образовательной деятельности

Формы	Особенности организации
Индивидуальная	Позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.
Групповая (индивидуально-коллективная)	Группа делится на подгруппы. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, но не по уровням развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.
Фронтальная	Работа со всей группой. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком – трудности

Формы	Особенности организации
	в индивидуализации обучения.

Мониторинг достижения планируемых результатов

Учебным планом реализации ООП ДО предусмотрены периоды оценки (мониторинга) индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования):

- 2 раза в год (в начале и в конце учебного года (сентябрь, май)) – оценка эффективности педагогических воздействий по реализации ООП ДО;
- 3 раза в год (в начале, в середине и в конце учебного года (сентябрь, январь, май)) – оценка эффективности коррекционно-развивающей работы с детьми ОВЗ в компенсирующих и общеразвивающих группах.

Также предусмотрены периоды для дополнительных процедур по оценке качества коррекционно-развивающей работы с детьми с особыми образовательными потребностями и оценке уровня сформированности предпосылок учебной деятельности дошкольников старшего дошкольного возраста групп всех направленностей.

Таблица 6

График периодов осуществления процедур мониторинга достижения планируемых результатов

Мониторинговые процедуры	Периоды проведения мониторинговых процедур								
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
Педагогическая диагностики (оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий)	01.09 – 11.09.26								17.05 – 28.05.27
Мониторинг эффективности коррекционно-развивающей работы	01.09 – 12.10.26				11.01 – 22.01.27				17.05 – 28.05.27
Оценка уровня сформированности предпосылок учебной деятельности выпускников						+	+	+	

Учебный план организации занятий в рамках реализации ООП ДО
(дошкольный возраст)
Корпус 1 (ул. Мира, 156)

Образовательная область	Вид детской деятельности	3-5 лет				5-7 лет			
		3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		Кол -во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол -во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол -во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.
ИНВARIANTНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное развитие	Познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование	2	15	2	15	2	50	3	75
Речевое развитие	речевая деятельность	1,5	15	1	15	2,5	50	2,5	50
Художественно-эстетическое развитие	изобразительная деятельность	осуществляется в образовательной деятельности в ходе режимных моментов				2	50	1	25
	музыкальная деятельность	2	30	2	30	2	50	2	50
	конструирование	0,5	7,5	0,5	7,5	0,5	12,5	0,5	12,5
Физическое развитие	двигательная деятельность	3	45	3	45	2	50	2	50
	– в помещении – на свежем воздухе	-	-	-	-	1	25	1	25
Социально-коммуникативно е развитие	игровая деятельность; элементарная трудовая деятельность; общение со взрослыми и сверстниками	Интегрируется с другими образовательными областями							
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное развитие	Программа патриотического воспитания дошкольников «Я живу на Самарской земле»	осуществляется в интеграции с содержанием обязательной части ООП ДО в рамках занятий по познавательно-исследовательской и речевой деятельности и в ходе режимных моментов							
Познавательн ое развитие	Примерная парциальная образовательная программа дошкольного образования для детей 5–7 лет «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности»	-	-	-	-	осуществляется в интеграции с содержанием обязательной части ООП ДО в рамках занятий по познавательно-исследовательской деятельности			
Художественно-эстетическое развитие	Парциальная образовательная программа дошкольного образования «От Фребеля до робота: растим будущих инженеров»	-	-	-	-	1	25	1	25
Объем образовательной нагрузки в неделю		9	135 мин / 2 ч 15 мин	9	135 мин / 2 ч 15 мин	13	325 мин / 5 ч 25 мин	13	325 мин / 5 ч 25 мин
Объем образовательной нагрузки в год		342	5130 мин /85 ч	342	5130 мин /85 ч	494	12350 мин / 205 ч	494	12350 мин / 205 ч

		30 мин		30 мин		50 мин		50 мин
--	--	--------	--	--------	--	--------	--	--------

Организация образовательной деятельности в ходе режимных моментов
(совместная деятельность детей и взрослых, не регламентированная по времени)

№	Вид детской деятельности/ формы ОД в режимных моментах	Возраст / количество в неделю			
		Дошкольный возраст			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ					
1	<u>Ситуативно-деловое общение со взрослым и Общение со взрослым и сверстниками</u> - беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
2	<u>Игровая деятельность</u> — сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские, строительно-конструктивные, дидактические, подвижные игры)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
3	<u>Элементарная трудовая деятельность</u> (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
4	<u>Познавательная-исследовательская деятельность и экспериментирование</u> — исследование объектов окружающего мира и экспериментирования с ними, — наблюдения за природой (на прогулке)	2 р. в нед.	2 р. в нед.	2 р. в нед.	2 р. в нед.
		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
5	<u>Речевая деятельность</u> - восприятие художественной литературы и фольклора	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
6	<u>Изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация)</u> — индивидуальная и совместная продуктивная деятельность; <u>конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка</u>	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
		1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
7	<u>Музыкальная деятельность</u> — слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения*/ слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
8	<u>Двигательная деятельность</u> — физкультурные досуги, — подвижные игры и элементы спортивных игр	1р. в 2 нед.	1р. в 2 нед.	1р. в 2 нед.	1р. в 2 нед.
		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ ⁴					
1	Итоговое занятие	1р. в год	1р. в год	1р. в год	1р. в год

* – вид детской деятельности в раннем возрасте

⁴ В соответствии с ООП ДО/АОП ДО

**Учебный план организации занятий в рамках реализации ООП ДО
(дошкольный возраст)
Корпус 2 (ул. Карбышева, 18)**

Образовательная область	Вид детской деятельности	Дошкольный возраст											
		3–4 года		3–5 лет				5- 7 лет					
				3-4 года		4-5 лет		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ													
Познавательное развитие	Познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование	2	30	2	30	2	30	2	40	3	60	3	60
Речевое развитие	речевая деятельность	1,5	22,5	1	15	1	15	1,5	30	2,5	50	2,5	50
Художественно-эстетическое развитие	изобразительная деятельность	осуществляется в образовательной деятельности в ходе режимных моментов											
	музыкальная деятельность	2	30	2	30	2	30	2	40	2	40	2	40
	конструирование	0,5	7,5	осуществляется в образовательной деятельности в ходе режимных моментов				0,5	10	0,5	10	0,5	10
Физическое развитие	двигательная деятельность - в помещении – на свежем воздухе	3 -	45 -	3 -	45 -	3 -	45 -	3 -	60 -	2 1	40 20	2 1	40 20
Социально-коммуникативное развитие	игровая деятельность; элементарная трудовая деятельность; общение со взрослыми и сверстниками	Интегрируется с другими образовательными областями											
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ													
Познавательное развитие	Программа патриотического воспитания дошкольников «Я живу на Самарской земле»	осуществляется в интеграции с содержанием обязательной части образовательной программы в рамках занятий по познавательно-исследовательской и речевой деятельности и в ходе режимных моментов											
Познавательное развитие	Примерная парциальная образовательная программа дошкольного образования для детей 5–7 лет «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности»	-	-	-	-	-	-	-	-	осуществляется в интеграции с содержанием обязательной части образовательной программы в рамках занятий по познавательно-исследовательской деятельности			
Художественное развитие	Парциальная программа	-	-	-	-	-	-	-	-	1	20	1	20

Образовательная область	Вид детской деятельности	Дошкольный возраст											
		3–4 года		3–5 лет				5–7 лет					
				3–4 года		4–5 лет		4–5 лет		5–6 лет		6–7 лет	
		Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.
но-эстетическое развитие	образовательная программа дошкольного образования «От Фребеля до робота: растим будущих инженеров»												
Объем образовательной нагрузки в неделю		9	135 мин./ 2 ч. 15 мин.	8	120 мин./ 2 ч.	8	120 мин./ 2 ч.	9	180 мин./ 3 ч.	12	240 мин./ 4 ч.	12	240 мин./ 4 ч.
Объем образовательной нагрузки в год		342	5 130 мин./ 85ч 30 мин	304	4560 мин./ 76ч.	304	4560 мин./ 76ч.	342	6840 мин./ 114ч.	456	9120 мин./ 152 ч.	456	9120 мин./ 152 ч.

Организация образовательной деятельности в ходе режимных моментов
(совместная деятельность детей и взрослых, не регламентированная по времени)

№	Вид детской деятельности/ формы ОД в режимных моментах	Возраст / количество в неделю			
		Дошкольный возраст			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ					
1	<u>Ситуативно-деловое общение со взрослым и Общение со взрослым и сверстниками</u> - беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
2	<u>Игровая деятельность</u> — сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские, строительно-конструктивные, дидактические, подвижные игры)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
3	<u>Элементарная трудовая деятельность</u> (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
4	<u>Познавательнo-исследовательская деятельность и экспериментирование</u> — исследование объектов окружающего мира и экспериментирования с ними, — наблюдения за природой (на прогулке)	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно
5	<u>Речевая деятельность</u> - восприятие художественной литературы и фольклора	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
6	<u>Изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация)</u> — индивидуальная и совместная продуктивная деятельность; <u>конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка</u>	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.
7	<u>Музыкальная деятельность</u> — слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения*/ слушание и понимание музыкальных произведений, пение,	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.

	музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах				
8	<u>Двигательная деятельность</u> – физкультурные досуги, – подвижные игры и элементы спортивных игр	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ⁵					
1	Итоговое занятие	1р. в год	1р. в год	1р. в год	1р. в год

* – вид детской деятельности в раннем возрасте

**Учебный план организации занятий в рамках реализации ООП ДО
в группах общеразвивающей направленности (дошкольный возраст)
Корпус 3 (ул. Мира, 142)**

Дошкольный возраст									
Образовательная деятельность	Вид детской деятельности	3–4 года		4–5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное развитие	познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование	1	15	1	20	2	50	2	60
Речевое развитие	речевая деятельность	1	15	1	20	3	75	2	60
Художественно-эстетическое развитие	изобразительная деятельность	1	15	1	20	2	50	1	30
	музыкальная деятельность	2	30	2	40	2	50	2	60
	конструирование	в совместной деятельности		в совместной деятельности		1	25	1	30
Физическое развитие	двигательная деятельность – в помещении, – на свежем воздухе	3 -	45 -	3 -	60 -	2 1	50 25	2 1	60 30
Социально-коммуникативное развитие	игровая деятельность; элементарная трудовая деятельность; общение со взрослыми и сверстниками	Интегрируется с другими образовательными областями							
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное развитие	Программа патриотического воспитания дошкольников «Я живу на Самарской земле»	в ходе организации образовательной деятельности в режимных моментах, в интеграции с содержанием обязательной части ООП ДО в рамках занятий по познавательно-исследовательской, речевой деятельности							
Познавательное развитие	Примерная парциальная образовательная программа дошкольного образования для детей 5–7 лет «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности»	-	-	-	-	в ходе организации образовательной деятельности в режимных моментах, в интеграции с содержанием обязательной части ООП ДО в рамках занятий по познавательно-исследовательской, речевой деятельности			
Художественно-эстетическое развитие	Парциальная образовательная программа дошкольного образования «От Фребеля до робота:	-	-	-	-	1	25	1	30

⁵ В соответствии с ООП ДО/АОП ДО

	растим будущих инженеров»								
Объем образовательной нагрузки в неделю	8	120 мин.	8	160 мин.	14	350 мин.	12	360 мин.	
Объем образовательной нагрузки в год	304	4560 мин.	304	6080 мин.	532	13300 мин.	456	13680 мин.	

Организация образовательной деятельности в ходе режимных моментов
(совместная деятельность детей и взрослых, не регламентированная по времени)

№	Вид детской деятельности/ формы ОД в режимных моментах	Возраст / количество в неделю			
		Дошкольный возраст			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ					
1	Ситуативно-деловое общение со взрослым и Общение со взрослым и сверстниками - беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
2	Игровая деятельность — сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские, строительно-конструктивные, дидактические, подвижные игры)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
3	Элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
4	Познавательная-исследовательская деятельность и экспериментирование — исследование объектов окружающего мира и экспериментирования с ними, — наблюдения за природой (на прогулке)	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно
5	Речевая деятельность - восприятие художественной литературы и фольклора	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
6	Изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) — индивидуальная и совместная продуктивная деятельность; конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.
7	Музыкальная деятельность — слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения*/ слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
8	Двигательная деятельность — физкультурные досуhy, — подвижные игры и элементы спортивных игр	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ ⁶					
1	Итоговое занятие	1р. в год	1р. в год	1р. в год	1р. в год

* – вид детской деятельности в раннем возрасте

⁶ В соответствии с ООП ДО/АОП ДО

**Учебный план организации занятий в рамках реализации ООП ДО
в группах общеразвивающей направленности (дошкольный возраст)
Корпус 4 (ул. Мира, 131)**

Образовательная область	Вид детской деятельности	3–4 года		4–5 лет		5–6 лет		6–7 лет	
		Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.	Кол-во в нед.	Объем мин. в нед.
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное развитие	познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование	1	15	1	20	2	50	3	75
Речевое развитие	речевая деятельность	1,5	22,5	1,5	30	2,5	62,5	2,5	62,5
Художественно-эстетическое развитие	изобразительная деятельность	1	15	1	20	2	50	1	25
	музыкальная деятельность	2	30	2	40	2	50	2	50
	конструирование	0,5	7,5	0,5	10	0,5	12,5	0,5	12,5
Физическое развитие	двигательная деятельность – в помещении, – на свежем воздухе	3 -	45 -	3 -	60 -	2 1	50 25	2 1	50 25
Социально-коммуникативное развитие	игровая деятельность; элементарная трудовая деятельность; общение со взрослыми и сверстниками	Интегрируется с другими образовательными областями							
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ									
Познавательное, социально-коммуникативное развитие	познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование	в ходе организации образовательной деятельности в режимных моментах, в интеграции с содержанием обязательной части ООП ДО в рамках занятий по познавательно-исследовательской, речевой, двигательной деятельности							
Объем образовательной нагрузки в неделю		9	135 мин.	9	180 мин.	12	300 мин.	12	300 мин.
Объем образовательной нагрузки в год		342	5 130 мин.	342	6 840 мин	456	11 400 мин.	456	11 400 мин.

**Организация образовательной деятельности в ходе режимных моментов
(совместная деятельность детей и взрослых, не регламентированная по времени)**

№2	Вид детской деятельности/ формы ОД в режимных моментах	Возраст / количество в неделю			
		Дошкольный возраст			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ					
1	<u>Ситуативно-деловое общение со взрослым и</u> <u>Общение со взрослым и сверстниками</u> - беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

2	<u>Игровая деятельность</u> – сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские, строительно-конструктивные, дидактические, подвижные игры)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
3	<u>Элементарная трудовая деятельность</u> (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
4	<u>Познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование</u> – исследование объектов окружающего мира и экспериментирования с ними, – наблюдения за природой (на прогулке)	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно	2 р. в нед. Ежедневно
5	<u>Речевая деятельность</u> - восприятие художественной литературы и фольклора	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
6	<u>Изобразительная деятельность</u> (рисование, лепка, аппликация) – индивидуальная и совместная продуктивная деятельность; <u>конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка</u>	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.	Ежедневно 1р. в нед.
7	<u>Музыкальная деятельность</u> – слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения*/ слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.	1р. в нед.
8	<u>Двигательная деятельность</u> – физкультурные досуги, – подвижные игры и элементы спортивных игр	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно	1р. в 2 нед. Ежедневно
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ⁷					
1	Итоговое занятие	1р. в год	1р. в год	1р. в год	1р. в год

* – вид детской деятельности в раннем возрасте

3.1.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Традиционные события, праздники и физкультурные мероприятия являются частью образовательной и воспитательной деятельности инструктора по физической культуре и организуются во взаимосвязи с Рабочей программой воспитания, Годовым планом и Календарным планом воспитательной работы МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки».

Участие инструктора по физической культуре в традиционных событиях направлено на:

- формирование положительного отношения к физической культуре и спорту;
- укрепление здоровья и повышение двигательной активности воспитанников;
- развитие физических качеств и двигательных способностей;
- создание положительного эмоционального опыта совместной двигательной деятельности;
- воспитание самостоятельности, инициативности, настойчивости и ответственности;
- развитие умения действовать в паре и команде;
- формирование взаимопомощи и поддержки;
- воспитание уважительного отношения к правилам;
- приобщение к традиционным российским и региональным ценностям;
- развитие интереса к народным подвижным играм;
- укрепление сотрудничества с семьями воспитанников.

Принципы организации традиционных физкультурных событий

⁷ В соответствии с ООП ДО/АОП ДО

При организации праздников, досугов, эстафет, соревнований и других мероприятий учитываются возраст детей, состояние здоровья, уровень физического и двигательного развития и индивидуальные возможности воспитанников.

Мероприятия строятся на принципах:

- безопасности;
- доступности двигательных заданий;
- эмоциональной привлекательности;
- активного участия каждого ребенка;
- вариативности;
- поддержки индивидуального прогресса;
- сотрудничества;
- создания ситуации успеха;
- сочетания организованной и самостоятельной двигательной активности.

Соревновательные элементы используются в доступной дошкольникам форме. Основное внимание уделяется участию, соблюдению правил, командному взаимодействию, личному прогрессу и положительным эмоциям, а не сравнению физических возможностей детей.

Традиционные события в деятельности инструктора по физической культуре

Период	Событие	Содержание деятельности инструктора по физической культуре
Сентябрь	Начало учебного года	Игры на знакомство, командообразование, повторение правил безопасного поведения
Сентябрь	«Добро пожаловать в мир Орлят»	Игры на знакомство и взаимодействие для детей 6–7 лет
Октябрь	Всероссийский день ходьбы	День здоровья, двигательные маршруты, упражнения и игры в ходьбе
Октябрь	«Увлекательный поход»	Полоса препятствий, ориентировка, командные задания, взаимопомощь
Ноябрь	День народного единства	Народные подвижные игры, командные эстафеты, игры народов России
Декабрь	Всероссийский день хоккея	Игры и упражнения с элементами хоккея, «Юные хоккеисты»
Декабрь	Новый год	Новогодние подвижные игры, эстафеты, физкультурные развлечения
Январь	Зимние спортивные мероприятия	Игровые и спортивные упражнения, эстафеты, знакомство с зимними видами спорта
Февраль	День защитника Отечества	Спортивный праздник, эстафеты, полосы препятствий, совместные мероприятия с родителями
Февраль	День зимних видов спорта	Спортивный досуг «Зимние спортивные игры»
Февраль–март	Масленица	Русские народные подвижные игры и игровые состязания
Апрель	День космонавтики	«Космические старты», эстафеты, полосы препятствий
Май	День Победы	Подвижные игры и эстафеты патриотической направленности
Июнь	День защиты детей	Подвижные игры, эстафеты, двигательные площадки
Июнь	День России	Народные игры и физкультурные мероприятия патриотической направленности
Июнь	Международный олимпийский день	Спортивное развлечение «Летние олимпийские игры»
Июль	День семьи, любви и верности	Семейные двигательные мероприятия, эстафеты, флешмобы

Период	Событие	Содержание деятельности инструктора по физической культуре
Август	День физкультурника	«Весёлые старты», спортивные игры и физкультурный праздник

Международный олимпийский день с мероприятием «Летние олимпийские игры» и День физкультурника с «Весёлыми стартами» прямо включены в Календарный план воспитательной работы Учреждения на 2026–2027 год.

Конкретные даты и формы проведения определяются Годовым планом и Календарным планом воспитательной работы Учреждения.

Традиционные физкультурные мероприятия Учреждения

— В деятельность инструктора по физической культуре могут включаться:

- «Весёлые старты»;
- «Папа, мама, спортивная семья»;
- Малые Олимпийские игры;
- День физкультурника;
- физкультурно-музыкальные мероприятия к Масленице;
- праздник Нептуна;
- дни здоровья;
- спортивные эстафеты;
- семейные спортивные мероприятия;
- сезонные физкультурные досуги;
- народные подвижные игры;
- мероприятия патриотической направленности.

Эти формы входят в перечень сложившихся традиций Учреждения.

Физкультурные досуги

Физкультурный досуг является одной из форм активного отдыха детей.

В его содержание могут включаться знакомые физические упражнения, подвижные и народные игры, эстафеты, упражнения с предметами, доступные элементы спортивных игр, музыкально-ритмические задания и двигательные ситуации с сюжетным содержанием.

Физкультурные досуги строятся преимущественно на освоенном двигательном материале и позволяют повысить двигательную активность, создать положительный эмоциональный настрой и предоставить ребенку возможность проявить самостоятельность.

Физкультурные праздники

Физкультурные праздники объединяют двигательную, игровую, воспитательную и эмоционально-положительную деятельность детей.

В их содержание могут входить общая разминка, тематические двигательные задания, командные игры, эстафеты, спортивные упражнения, игровые сюрпризные моменты и совместные задания детей и взрослых.

Организация праздника предусматривает возможность активного участия каждого ребенка. Сложность заданий варьируется с учетом возраста и индивидуальных двигательных возможностей воспитанников.

Дни здоровья

Дни здоровья направлены на формирование положительного отношения детей к двигательной активности и здоровому образу жизни.

В их содержание могут включаться:

- физкультурные занятия;
- подвижные игры;
- двигательные маршруты;
- спортивные упражнения;
- прогулки;
- игровые станции;

- физкультурные досуги;
- самостоятельная двигательная деятельность.

В теплый период значительная часть мероприятий при наличии соответствующих условий проводится на открытом воздухе.

Народные подвижные игры

Русские народные игры и доступные детям подвижные игры народов Поволжья и других народов России используются как средство физического, социального и нравственного воспитания.

Они способствуют развитию ловкости, быстроты, координации, чувства ритма, взаимодействия, соблюдения правил и интереса к культурным традициям.

Участие в проектах «Добрые игры» и «Орлята-дошколята»

Материалы проекта «Добрые игры» могут включаться в традиционные физкультурные события, подвижные игры, командные задания, семейные мероприятия и повседневную двигательную деятельность.

Особое внимание средствами физической культуры уделяется ценностям жизни и здоровья, дружбы и сотрудничества, семьи, Родины, добра, труда и единства народов России.

В проекте «Орлята-дошколята» инструктор по физической культуре участвует с воспитанниками 6–7 лет в тех событиях, содержание которых связано с двигательной активностью, командообразованием, взаимопомощью, инициативностью, безопасным поведением и здоровым образом жизни.

Участие семей воспитанников

Родители (законные представители) могут принимать участие в семейных спортивных праздниках, эстафетах, днях здоровья, физкультурных досугах, флешмобах и других совместных двигательных мероприятиях.

Совместные мероприятия направлены на получение положительного опыта общения ребенка и родителей и формирование традиций активного семейного отдыха.

Детская инициатива

При подготовке и проведении традиционных событий детям предоставляется возможность:

- выбирать знакомые подвижные игры;
- предлагать варианты упражнений и эстафет;
- выбирать роли;
- помогать в подготовке доступного инвентаря;
- придумывать названия команд;
- предлагать безопасные варианты знакомых двигательных заданий;
- выполнять посильные организаторские функции.

Инструктор по физической культуре поддерживает инициативу воспитанников при обязательном соблюдении правил безопасности.

3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

3.2.1. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы

Программа патриотического воспитания «Я живу на Самарской земле» под ред. О.В. Дыбиной:

1. Бородина, Н.В. Народный костюм Самарского края [Текст]/ Н.В.Бородина, Т.И.Ведерникова; фотоил. С.А. Осьмачкиной, Н.В.Бородиной. – Самара : Самара-Принт: Агни, 2007. – 236 с.: ил. + фотоил.
2. Ведерникова, Т.И. Этнография и праздничная культура народов Самарского края [Текст]/ Т.И.Ведерникова. –Самара : Самар. науч.-метод. центр народ. творчества, 1991. – 90 с.: ил.

3. Димитриева, Н.И. Хозяйство, промыслы, ремесла [Текст] / Н.И. Димитриева, В.П. Никитин // Мир чувашской культуры. – Чебоксары : «Новое время», 2007. – С. 128–135, С. 157–161.
4. Иванов, В. Чуваши. Этническая история и традиционная культура [Текст] / В. Иванов. – М. : ДИК, 2000.
5. Ильгачева, Р.И. Чувашиские народные песни для детей [Текст] : методическое пособие для классной и внеклассной работы / Р.И. Ильгачева. – Чебоксары : Чувашское книжное изд-во, 2008. – С. 4.
6. Книга для чтения в детском саду и дома [Текст] Хрестоматия. 2-4 года /Сост. В.В. Гербова, Н.П. Ильчук [и др.]. – М., 2005. – 115 с.
7. Коновалова, С.В. Одежда народов Поволжья [Текст]/ С.В. Коновалова // Краеведческие записки. – Куйбышев, 1986. – Вып.6. – С.54-59.
8. Мельников, М.Н. Русский детский фольклор [Текст] / М.Н. Мельников. – М. : Просвещение, 1987.
9. Мокшин, Н.Ф. Материальная культура Мордовии [Текст] / Н.Ф. Мокшин. – Саранск : Книжное издательство, 2002.
10. Русские народные загадки, пословицы, поговорки [Текст] /Сост., авт. вст. ст., коммент. и слов Ю.Г. Круглов. – М. : Просвещение, 1990. – 335 с.
11. Воронова, Е.А. Воспитать патриота: программы, мероприятия, игры [Текст] / Е.А. Воронова. – Ростов н/Д : Феникс, 2008.
12. Дошкольникам о защитниках отечества : методическое пособие по патриотическому воспитанию в ДОУ [Текст] / под. ред. Л.А. Кондрыкинской. – М. : Сфера, 2006.
13. Зацепина, М.Б. Дни воинской славы: патриотическое воспитание дошкольников 5-7 лет [Текст] / М.Б. Зацепина. – М. : Мозаика-синтез, 2010.
14. Зеленова, Н.Г. Мы живем в России : старшая группа [Текст] / Н.Г. Зеленова. – М. : Скрипторий, 2003.
15. Казаков, А.П. Детям о Великой Победе! Беседы о Второй мировой войне [Текст] / А.П. Казаков, Т.А. Шорыгина. – М. : ГНОМ и Д, 2008.
16. Как научит детей любить Родину : Руководство для воспитателей и учителей [Текст] / Авторы-составители: Ю.Е. Антонов, Л.В. Левина, О.В. Розова, И.А. Щербакова. – М. : АРКТИ, 2003.
17. Картушина, М.Ю. День защитника Отечества: сценарии праздников для ДОУ и начальной школы [Текст] / М.Ю. Картушина. – М. : ТЦ Сфера, 2005

Методическое обеспечение федеральных воспитательных проектов

Проект «Добрые игры»:

- Концепция проекта «Добрые игры» / ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания», 2026.
- Методические рекомендации к реализации проекта «Добрые игры» / ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания», 2026.
- Циклограммы воспитательных практик, навигатор игр, раздаточные материалы и материалы для взаимодействия с родителями, размещаемые на официальном сайте проекта «Добрые игры».

Проект «Орлята-дошколята»:

- Положение о проекте по развитию основ социальной активности у детей старшего дошкольного возраста «Орлята-дошколята» / ФГБУ «Российский детско-юношеский центр», 2026.
- Методическое пособие по реализации серии событийных проектов проекта по развитию основ социальной активности у детей старшего дошкольного возраста «Орлята-дошколята» / ФГБУ «Российский детско-юношеский центр», 2026.
- План-график проведения серии событийных проектов «Орлята-дошколята» на 2026/2027 учебный год.
- Материалы для подготовки и проведения событийных проектов, информационные материалы для педагогов и родителей, размещаемые на официальном сайте ФГБУ

«Росдетцентр».

Материалы проекта «Добрые игры» носят рекомендательный характер; педагог самостоятельно определяет темы, формы и последовательность их интеграции в календарно-тематическое планирование Учреждения.

IV. Дополнительный раздел Программы

4.1. Возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована АОО ДО

Программа ориентирована на детей от 3 до 7 лет.

Предусматривает реализацию по пяти образовательным областям – физическому развитию, познавательному развитию, речевому развитию, социально-коммуникативному развитию, художественно-эстетическому развитию. Предусмотрено содержание деятельности воспитателей, учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре.

Парциальные программы реализуются в совместной деятельности в режимных моментах, как часть непосредственно образовательной деятельности. Подбор материалов и оборудования для детского сада осуществляется в соответствии с примерным перечнем материалов и оборудования по основным видам деятельности дошкольников для всех возрастных групп (от 3 до 7 лет).

При реализации Программы учитываются национально-культурные, демографические, климатические и экологические особенности. В основе реализации Программы лежит комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательной работы в ДОО.

4.2. Используемые Программы: ФАОП и парциальные программы

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022г. №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования») <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>
2. Федеральная адаптированная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья») <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202301270036?index=0&rangeSize=1>
3. Программа патриотического воспитания «Я живу на Самарской земле» под ред. О.В. Дыбиной

4.3. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей

Ежегодный анализ социального статуса семей воспитанников позволяет обеспечить адресную поддержку семей различных категорий в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей, а также обеспечить непрерывное сопровождение- оказание комплексной поддержки семьям воспитанников детских садов и (или) ребенку от 3 до 7 лет при выявлении факторов неблагополучия на различных этапах жизни ребенка, осуществление индивидуальной профилактической работы и изменения неблагоприятной жизненной ситуации с момента выявления до стабилизации жизненной ситуации и устранения причин, поставивших семью в социально опасное положение (трудную жизненную ситуацию).

Приложение 1

Карта наблюдения за ребенком (4 года)

(Фамилия, имя ребенка)

- «обычно» (+) – показатель является типичным. характерным для ребенка, проявляется у него чаще всего
- «изредка» (+-) – показатель не характерен для ребенка, но проявляется в его деятельности и/или поведении время от времени
- «никогда» (-) – показатель не проявляется в деятельности и поведении ребенка

№ п/п	Показатели возрастного развития к четырем годам	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)			Кр
		Частота проявления	Самостоятельность в выполнении	Инициативность	

	В области физического развития				
	ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;				
	ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;				
	ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;				
	ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;				

Карта наблюдения за ребенком (5 лет)

(Фамилия, имя ребенка)

- «обычно» (+) – показатель является типичным. характерным для ребенка, проявляется у него чаще всего
- «изредка» (+-) – показатель не характерен для ребенка, но проявляется в его деятельности и/или поведении время от времени
- «никогда» (-) – показатель не проявляется в деятельности и поведении ребенка

№ п/п	Показатели возрастного развития к пяти годам	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)			Кр
		Частота проявления	Самостоятельность в выполнении	Инициативность	
	В области физического развития				
	ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;				
	ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;				
	ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;				
	ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;				

Карта наблюдения за ребенком (6 лет)

(Фамилия, имя ребенка)

- «обычно» (+) – показатель является типичным. характерным для ребенка, проявляется у него чаще всего
- «изредка» (+-) – показатель не характерен для ребенка, но проявляется в его деятельности и/или поведении время от времени
- «никогда» (-) – показатель не проявляется в деятельности и поведении ребенка

№ п/п	Показатели возрастного развития к шести годам	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)			Кр
		Частота проявления	Самостоятельность в выполнении	Инициативность	
	В области физического развития				

	ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам,				
	ребенок показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;				
	ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;				
	ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;				
	ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;				

Карта наблюдения за ребенком (7 лет)

(Фамилия, имя ребенка)

- «обычно» (+) – показатель является типичным. характерным для ребенка, проявляется у него чаще всего
- «изредка» (+-) – показатель не характерен для ребенка, но проявляется в его деятельности и/или поведении время от времени
- «никогда» (-) – показатель не проявляется в деятельности и поведении ребенка

	Показатели возрастного развития к концу дошкольного возраста	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)	Критерии анализа показателей возрастного развития (Стартовая диагностика)
		Частота проявления	Самостоятельность в выполнении	Инициативность	Участие в совместной деятельности
	В области физического развития				
	ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;				
	ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;				
	ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности				
	ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;				
	ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;				
	ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;				

	ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;				
--	--	--	--	--	--