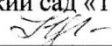


Принята на педагогическом совете № 1
протокол № 1
«04» сентября 2020 год

Утверждаю
Заведующая МКДОУ
Детский сад «Теремок»
 Юзвюк В.И.
«08» сентября 2020 год

Рабочая программа
по образовательному модулю
«Физическое развитие»

**Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
Детский сад «Теремок» Пряжинского национального муниципального
района на 2020 – 2026 учебный год**

**НА ОСНОВЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО СТАНДАРТА
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Срок обучения 6 лет

п. Эссойла

2020 г.

«Физическое развитие»

Первый год жизни. 1 – я группа раннего возраста

Задачи образовательной деятельности

1. Организовать физиологически целесообразный режим жизнедеятельности детей.
2. Обеспечивать охрану здоровья, правильный гигиенический уход, двигательную активность детей.
3. Содействовать своевременному овладению движениями на основе положительного эмоционального общения и совместных действий взрослого с ребенком.
4. Развивать сенсомоторную активность, крупную и тонкую моторику, двигательную координацию.
5. Формировать элементарные культурно-гигиенические навыки.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 72).

Второй год жизни. 2 – я группа раннего возраста

Задачи образовательной деятельности

1. Способствовать формированию естественных видов движений (ходьба, ползание, лазание, попытка бега и подпрыгивания вверх и пр).
2. Обогащать двигательный опыт выполнения игровых действий с предметами и игрушками, разными по форме, величине, цвету, назначению.
3. Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.
4. Развивать сенсорную активность, крупную и тонкую моторику, двигательную координацию.
5. Формировать элементарные культурно-гигиенические навыки.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 74)

Третий год жизни. 1 –я младшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 74)

Четвертый год жизни. 2 – я младшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;
4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 173)

Пятый год жизни. Средняя группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 175)

Шестой год жизни. Старшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;

4. Развивать творчество в двигательной деятельности;
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения,
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 178).

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;
3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.

6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту
8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

(смотри Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» страница 182)

Активный отдых

Детский физкультурный досуг

Обеспечивает: повышение интереса к занятиям; закрепление двигательных умений и навыков; развитие физических качеств – быстроты, ловкости, выдержки, силы.

Организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня. Посвящается времени года, спортивным событиям, общественным праздникам. Время проведения: в ранний возраст 10 – 15 мин., 2 младшая группа – 20 – 25 мин, средняя группа – 25 – 30 мин., старшая группа – 35 -40 мин., подготовительная группа – 40 – 50 мин.

Физкультурные праздники

Обеспечивают: совершенствование двигательных умений и навыков; формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.

Проводятся 2 – 3 раза в год. Место проведения: стадион, участок образовательного учреждения.

Длительность: младший дошкольный возраст 30 – 40 мин, старший дошкольный возраст 1ч. – 1 ч 20 мин. Приглашаются родители.

Дни здоровья

Содействуют оздоровлению детей, предупреждают утомление.

Каникулы

Содействуют оздоровлению детей, предупреждают утомление. Проводятся 4 раза в год. Двигательный режим насыщается физкультурными занятиями, художественным творчеством, музыкальными развлечениями.

При организации образовательной деятельности, в том числе занятий, все образовательные области реализуются в комплексе, интегрируясь и взаимодополняя друг друга за счет определения целей, максимально учитывая познавательное, социально-коммуникативное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие.

Информационно – методическое обеспечение Программы

Образовательная область	Виды детской деятельности	Методические и развивающие материалы
Физическое развитие. Модуль «Физическое развитие»	Игровая, коммуникативная, музыкальная, двигательная	Основные пособия - «Физическое развитие детей 2-7 лет». Развернутое перспективное планирование по программе «Детство», И.М. Сучкова и др., Волгоград, 2012 г. - «Физическая культура – дошкольникам» Л.Д. Глызина, Москва, 1999 Г. Дополнительные пособия - «Логоритмические занятия в детском саду» М.Ю Картушина, Москва, 2007. - «Подвижные игры и игровые упражнения для детей от 3 – 7 лет» Л.И. Пензулаева, Москва, 2007 г. - «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина, Москва, 2007 г.

Подвижные игры

На формирование и развитие навыков бега, с изменением темпа, на развитие скоростных способностей, выносливости, способности к ориентированию в пространстве.

Для детей 1 – 3 лет: «Карусель», «Воробушки и автомобиль», «Раз, два, три к дереву беги», «Принеси предмет», «Вейся венок», «Рыбки», «Принеси кубик», «Лохматый пес», «Солнышко и дождик», «Поезд», «Догони меня», «Снежинки и ветер», «Мороз красный нос», «Птички в гнездышках», «Пастух и стадо», «Курочка – хохлатка», «Найди свой цвет», «Мыши в ладовой». «Наседка и цыплята», «В лесу: перебежки», «Кто добежит быстрее?».

Для детей 3 – 4 лет: «Птички в гнездышках сидят», «Такси», «Самолеты», «Лошадки», «Мыши и кот», «Поезд», «Лохматый пес», «Конники», «Трамвай», «Воробушки и кот», «Поезд», «Найди свой домик», «Снежинки и ветер», «Зима пришла», «Берегись, заморозу!», «Лиса в курятнике», «Зайцы и волк», «Зайцы и волк», «Скворцы».

Для детей 4 – 5 лет: «Догони меня», «Жмурки», «Спящая лиса», «Гуси-лебеди», «Зайцы и волк», «Ловишки-перебежки», «Перелет птиц», «Догони свою пару», «Совушка», «Пробеги тихо», «Прятки», «Огородники», «Бег на перегонки», «Быстрые и меткие».

Для детей 5 – 6 лет: «Я – впереди», «Круговорот», «Не теряй пару», «Перенеси предмет», «Найди пару в кругу», «Меняемся местами», «Ниточка с иголочкой», «Ловля бабочек».

Для детей 6 – 7 лет: «Воротики», «Ловишки», «Караси и щука», «Мы веселые ребята», «Я – ведущий», «Стоп».

На формирование ловкости и умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро, находчиво. Развитие скоростно-силовых способностей, способности к ориентированию в пространстве.

Для детей 1 – 3 лет: «Хоровод», «Веселый бубен», «Принеси предмет», «Найди флажок», «Пузырь», «Веселые зайчата», «Снег идет», «Найди платочек», «Кошка и мышки».

Для детей 3 – 4 лет: «Наседка и цыплята», «Кошка и мышки», «Мыши в ладовой».

Для детей 4 – 5 лет: «Птички в гнездышках», «Воробушки и кошка», «Ловишка в кругу», «Перелет птиц», «У медведя во бору», «Гонки снежных комков».

Для детей 5 – 6 лет: «Не задень», «Береги мешочек», «Успей поймать», «Пролезь в обруч», «Прокати мяч», «Не трогай мяч», «Шмель», «Оттолкни и поймай мяч», «Бегом в обруче».

Для детей 6 – 7 лет: «У кого больше», «Догони соперника», «Быстрее вверх», «Кто быстрее», «Пропеллер», «Вперед с мячом».

На формирование и развитие равновесия во время разнообразных упражнений, выполняемых на уменьшенной или приподнятой площади опоры.

Для детей 1 – 3 лет: «Маленькие ножки шли по дорожке», «Гуляем», «Листопад», «Самолеты», «Воробушки и кот», «Заморожу ручки», «Мяч в кругу», «Солнышко и дождик».

Для детей 3 – 4 лет: «Солнышко и дождик», «Снежиночки-пушиночки», «Белые медведи».

Для детей 4 – 5 лет: «Наседка и цыплята», «Найди свой цвет», «Береги предмет», «Самолеты», «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем», «Змейка».

Для детей 5 – 6 лет: «Донеси мешочек», «Медведь и пчелы», «Скорее в обруч», «Догони обруч», «Удочка», «Волчок».

Для детей 6 – 7 лет: «Успей первым», «Юла», «Схвати шнур», «Не урони кольцо», «Кольцо навстречу кольцу».

На формирование и развитие навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.

Для детей 1 – 3 лет: «Лошадки», «Зайка беленький сидит», «Поймай перышко», «Зайцы и волк», «Поймай снежинку», «По ровненькой дорожке», «Лошадки», «Лягушки».

Для детей 3 – 4 лет: «Птички летают», «По ровненькой дорожке», «Зайка беленький сидит», «Из кружка в кружок», «Зайцы и волк», «Кролики».

Для детей 4 – 5 лет: «Лягушки», «Огуречик, огуречик...», «Поймай комара», «Птички и кошка», «С кочки на кочку», «Дорожки», «Цветные автомобили», «Найди себе пару», «Не задень», «Пингвины», «Пастух и стадо», «Утята», «Воробушки», «Бездомный заяц», «Охотники и зайцы», «Удочка».

Для детей 5 – 6 лет: «От понедельника до воскресенья», «Прыгни и повернись», «Поверни», «Петрушка».

Для детей 6 – 7 лет: «Волк во рву», «Не задень веревку», «Не задень», «Цапля».

На формирование элементарных умений в ловле, бросках, передача и ведении мяча.

Для детей 1 – 3 лет: «Мой веселый звонкий мяч», «Кто дальше бросит», «Снайперы», «Догони мяч».

Для детей 3 – 4 лет: «Ударь по мячу», «Кролики и сторож».

Для детей 4 – 5 лет: «Подбрось – поймай», «Кегли», «Снежки», «Сбей кеглю», «Школа мяча», «Городки».

Для детей 5 – 6 лет: «Обеги мяч», «Догони мяч», «Ударь мяч и догони», «Поймай мяч», «Проведи мяч», «Задержи мяч».

Для детей 6 – 7 лет: «Ловишка с мячом», «Поймай мяч в воздухе», «Быстро переложи мяч», «Не урони мяч», «Не давай мяч».

«Базовые ожидаемые результаты»

Образовательные области	Достижения ребенка
Физическое развитие	<p>Первый год жизни. 1-я группа раннего возраста</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребенок охотно ползает в разных направлениях и на разных поверхностях (по полу, дивану, горке и др.). - Успешно встает на ножки и перемещается с опорой на предметы. - Ходит с поддержкой сначала за обе руки, потом за одну. - Может пройти, не присаживаясь, несколько шагов. - Ребенок имеет соответствующие возрасту длину и массу тела, хорошие сон, аппетит, нормальное функционирование кишечника. <p>Второй год жизни. 2-я группа раннего возраста</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребенок владеет основными движениями (ходьба в разных направлениях, с перешагиванием через предметы (высотой 10 см.), в различном темпе, бег в разных направлениях и к цели, непрерывный в течение 30-40 с; прыжки на месте и с продвижением вперед). - Воспроизводит простые движения по показу взрослого. - Охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных играх, организованных взрослым. - Получает удовольствие от процесса выполнения движений. <p>Третий год жизни. 1-я младшая группа</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.). - При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы. - С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность. - Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям. Переносит основные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность. <p>Четвертый год жизни. 2-я младшая группа</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. - При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. - Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. - Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. - С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату. - С интересом слушает стихи и потешки о процессе умывания, купания.

Пятый год жизни. Средняя группа

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит основные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы, сказки и стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Шестой год жизни. Старшая группа

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко,

	<p>выразительно с достаточной амплитудой и точностью выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).</p> <ul style="list-style-type: none"> - В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. - Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. - Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из основных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. - Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. - Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. - Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддерживать, укреплять и сохранять его. - Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. - Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).
--	--

Формы работы с участниками образовательных отношений

Совместная деятельность педагогами	Совместная деятельность детьми	Совместная деятельность с семьями
Физическое развитие		
<p>Рассматривание и просмотр фильмов, слайдов. Наблюдение. Исследовательская деятельность. Развивающие игры. Рассказ. Беседы. Досуги, спортивные праздники, развлечения. Подвижные игры. Дни здоровья.</p>	<p>Игровые обучающие ситуации. Наблюдение. Рассматривание. Развивающие игры. Исследовательская деятельность. Подвижные игры.</p>	<p>Экскурсии. Прогулки. Наблюдение. Детско-родительские проекты. Чтение художественной литературы. Просмотр фильмов, слайдов. Игры. Собственный пример родителей. Дни здоровья.</p>