

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска  
«Детский сад № 498»

✉ 630126 г. Новосибирск, ул. Выборная, 101/4

☎ тел. и факс 269-20-05

Принята  
Педагогическим советом  
МКДОУ д/с № 498  
Протокол от 31.08.2021  
№ 1

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующий МКДОУ д/с № 498  
Н.М. Рябова  
Приказ № 64 от 31.08.2021



## Парциальная программа дошкольного образования

в образовательной области "Физическое развитие" по  
подготовке детей к сдаче нормативов ГТО

*Внесены изменения  
и согласовано на пед. совете от  
от 08.09.2022г.*

*Заведующий МКДОУ д/с № 498 Ф.*



г. Новосибирск – 2021 г

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи реализации программы.....	4
1.3. Описание образовательной области в соответствии с направлением парциальной программы.....	5
1.4. Основные научные подходы и принципы реализации содержания программы.....	6
1.5. Характеристики особенностей детей старшего (6-7 лет) дошкольного возраста.....	8
1.6. Планируемые результаты программы.....	9

### 2. Содержательный раздел

2.1. Условия выполнения государственных требований комплекса ГТО ....	10
2.2. Учебно-тематический план.....	11
2.3. Содержание программы.....	11
2.4. Используемые педагогические технологии.....	20
2.5. Формы реализации программы.....	29
2.6. Работа с родителями.....	30
2.7. Содержание нормативов ГТО для детей 6-8 лет.....	32

### 3. Организационный раздел

3.1. Организация двигательного режима.....	36
3.2. Организация традиционных событий, праздников, мероприятий .....	39
3.3. Учебный план.....	43
3.4. Взаимодействие ДОУ с социальными партнерами.....	44
3.5. Кадровое обеспечение программы.....	46
3.6. Материально- техническое оснащение.....	49
3.7. Обеспеченность методическими материалами.....	50
3.8. Нормативно-правовая и научная литература.....	50

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Аннотация Программы (Пояснительная записка)

Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами - бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем и др. Разнообразие основных движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать физические качества – быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом. Во время выполнения физических упражнений у детей формируются и нравственно-волевые качества: целеустремленность, выдержка, настойчивость, смелость и др.

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» с 1 сентября 2014 года вступило в силу Положение о комплексе ГТО на территории нашей страны. Комплекс предусматривает подготовку и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия (значкам ГТО).

Для выполнения установленных нормативов дошкольникам необходимо углубленно и целенаправленно заниматься развитием физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков:

- гибкости, координационных способностей;
- силы;
- скоростных возможностей;
- скоростно-силовых возможностей;
- прикладных навыков;
- выносливости.

Плюс, рекомендации по недельной двигательной активности.

Программа «ГТО – путь к здоровью и успеху» физкультурно- спортивной направленности, предусматривает подготовку и мотивацию детей 6-8 лет к сдаче

И ступени норм «ГТО» и совершенствование физических качеств современного дошкольника, формирование потребности в здоровом образе жизни, воспитание нравственно-патриотических чувств и толерантной личности.

Программа физкультурной подготовки «ГТО – путь к здоровью и успеху» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. От 29.06.2015) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ.
2. О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты РФ 30 сентября 2015г.
3. Указ президента РФ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24.03.2014 № 172.
4. Постановление правительства РФ «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **1.2. Цель и задачи реализации программы**

**Цель:** совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях, содействие гармоничному физическому развитию, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания.

### **Задачи программы**

#### **Обучающие задачи:**

1. Способствовать формированию жизненно важных двигательных умений.

Поддерживать общую физическую подготовку и укреплять здоровье.

#### **Развивающие задачи:**

1. Развивать координацию, гибкость, общую физическую Выносливость.
2. Развивать двигательную функцию, обогащать двигательный опыт.

### **Воспитательные задачи:**

1. Воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества).
2. Сформировать стойкий интерес к занятиям спорта.
3. Формировать ЗОЖ.

### **Принципы внедрения ВФСК ГТО:**

- а) добровольность и доступность;
- б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- в) обязательность медицинского контроля;(Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО»)
- г) учет региональных особенностей и национальных традиций.

### **1.3. Описание образовательной области в соответствии с направлением парциальной программы «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

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

#### 1.4. Основные научные подходы и принципы реализации содержания программы

Основными научными подходами к формированию целей, задач, содержания программы явились следующие: личностно-ориентированный, системно-деятельностный, социокультурологический.

Личностно-ориентированный подход, содержание которого направлено на развитие личности, позитивную социализацию, индивидуализацию, становление ценностей здорового образа жизни.

Поддержка развития индивидуальности: субъектного опыта ребенка, в котором он является творцом собственной деятельности (определяет и реализует собственные цели, берет на себя ответственность за результат).

Системно-деятельностный подход, учитывающий закономерности детского развития — личностное, социальное, познавательное развитие воспитанников определяется характером организации их деятельности. Реализация программы идет через стимулирование двигательной активности в организованных формах физического воспитания и самостоятельной двигательной деятельности, которые предусмотрены программой.

Социокультурологический подход, реализация которого обеспечивает учет национальных ценностей; приобщение ребенка к социально-культурному опыту поколений: традициям, обычаям, нормам, общим правилам.

В основе составления программы лежат общедидактические принципы и ведущие положения дошкольной педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания и развития построения образовательного процесса.

**Принцип систематичности** – суть принципа раскрывается в чередовании нагрузки и отдыха.

**Принцип индивидуальности** – предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

**Принцип развивающей направленности** – при обучении движениям учитывается «зона ближайшего развития», т.е. предлагаемые упражнения направлены не на имеющийся в данный момент у детей уровень умений и навыков, а опережает его.

**Принцип воспитывающей направленности** – в процессе которого решаются воспитательные задачи (воспитание настойчивости, смелости, выдержки, нравственно-волевых качеств).

**Принцип оздоровительной направленности** – специфический принцип физического воспитания – предполагает укрепление здоровья средствами физических упражнений, физические нагрузки должны быть адекватны возрасту и уровню физического развития и здоровья детей, сочетать двигательную активность с общедоступными закаливающими процедурами, включая в комплексы физических упражнений элементы дыхательной гимнастики.

**Принцип сознательности** – основополагающий принцип обучения движениям. Он направлен на понимание детьми сути производимого ими того или иного движения.

**Принцип наглядности** - заключается в создании у ребенка при помощи различных органов чувств представления о движении.

**Принцип доступности** – предусматривает обучение с учетом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физической подготовленности. Одним из основных различий, уровня их является преемственность и постепенность усложнения физических упражнений. Каждое новое движение следует предлагать после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого. Обучение надо вести в несколько замедленном действии.

## **1.5. Характеристики особенностей детей старшего (6-7 лет)**

### **дошкольного возраста.**

К 6-7 годам у детей наблюдается интенсивное развитие абсолютно всех физиологических систем организма: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. У ребенка старшего дошкольного возраста продолжается процесс окостенения скелета и развития крупной и особенно мелкой мускулатуры. Последнее изменение неразрывно связано с развитием мозга ребенка, с совершенствованием его нервной деятельности и обнаруживается в растущей возможности ребенка управлять своими движениями. Главным достижением старших детей дошкольного возраста является постепенное овладение своими движениями, особенно мелкими движениями руки, управление не только крупной, но и мелкой мускулатурой, движениями каждого пальца. Это результат не столько процесса созревания необходимых механизмов, сколько итог обучения детей 4—6 лет выполнению разных мелких движений в рисовании, штриховке, плетении, вышивании, сгибании бумаги, вырезывании и др. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому ребенок может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость; этому способствует усиленный рост ног. В результате центр тяжести у ребенка этого возраста расположен ниже, чем у старших дошкольников. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими. Координация, ловкость и точность движений детей быстро возрастает особенно в условиях планомерной работы над их общим физическим развитием. Упражнение ребенка в лазанье, беге, прыжках, сохранении равновесия, в ходьбе по шведской скамейке, в метании мяча и других видах действий делает движения детей не только более многообразными, но и легкими, точными, плавными, четкими, красивыми. Период детства наиболее важный в становлении двигательных функций ребёнка, особенно его



физических качеств. Поэтому необходима система контроля за физическим развитием, физической подготовленностью и работоспособностью ребёнка.

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

Необходимо постоянно поддерживать в детях ощущение взросления, растущих возможностей, вызывать стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности, вселять уверенность в своих силах. Одновременно важно развивать чувство ответственности за свои действия и поступки.

### **1.6. Планируемые результаты освоения Программы**

является достижение ребенком уровня, соответствующего требованиям Комплекса ГТО I ступени:

- ребенок результативно, уверенно и точно выполнять необходимые физические упражнения;
- ребенок будет в двигательной деятельности успешно проявлять быстроту, ловкость, выносливость, силу, гибкость;
- ребенок будет постоянно проявлять самоконтроль и самооценку;
- ребенок будет стремиться к лучшему результату, четко осознавать зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом;
- ребенок будет стремиться к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Условия выполнения государственных требований комплекса ГТО обеспечиваются:**

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

Непосредственная образовательная деятельность организуется 3 раза в неделю (2 занятия в спортзале; 1- на воздухе).

В рамках спортивных мероприятий ДОУ. Спортивные мероприятия в форме соревнований планируются заранее и равномерно распределяться в течение учебного года.

Учебные соревнования проводятся для проверки освоения воспитанниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности детей (контрольные, тестовые) для сдачи нормативов ГТО.

В рамках реализации программы «ГТО – путь к здоровью и успеху!»

С учетом организации двигательного режима ДОУ;

В самостоятельной деятельности в ДОУ и совместно с родителями в домашних условиях.

## 2.2. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов (блоков)	Общее количество учебных часов
<b>1</b>	<b>Диагностический</b>	<b>2</b>
1.1.	Контрольные занятия	2
<b>2</b>	<b>Развивающий</b>	<b>27</b>
2.1.	Модуль «Зайка» (прыжки),	5
2.2.	Модуль «Белый мишка Полюс» (сила)	5
2.3.	Модуль «Леопард Барсик» (быстрота),	5
2.4.	Модуль «Школа мяча»	5
2.5.	Модуль «Обезьянка Анфиска» (гибкость)	5
2.6	Модуль «Мой проект»	2
<b>3</b>	<b>Итоговый</b>	<b>7</b>
3.1.	Физкультурно-спортивные мероприятия	5
3.2.	Контрольные занятия	2
	<b>Всего:</b>	<b>36</b>

## 2.3. Содержание программы

Месяц	Наименование разделов	Содержание	Кол-во занятий
<b>Диагностический раздел</b>			
Сентябрь		<i>Тест-беседа.</i>	
	Контрольное занятие – выявление уровня физической подготовленности.	Тестирование: 1. Челночный бег 3x10 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1 з.
	Контрольное занятие – выявление уровня физической подготовленности.	Тестирование: 1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу 2. Метание теннисного мяча в цель	1 з.
<p><b>Развивающий раздел представлен пятью модулями. Каждый модуль состоит из пяти элементов(занятий), относящийся к определенному месяцу обучения и имеет символ-руководитель, способствующий более высокой мотивации детей.</b></p> <p><b>Тематический план модуля «Школа мяча»</b></p>			
Месяц	Тема, цель		№ занятия, место проведения

Октябрь	<p>Элементы футбольной техники.</p> <p>Учить детей удару по неподвижному мячу, ведению мяча и остановке мяча на месте.</p> <p>П/и «Гонка мячей»</p>	1з. Улица
Ноябрь	<p>Элементов техники игры в волейбол (<i>пионербол</i>).</p> <p>Работа в парах.</p> <p>Совершенствовать координацию движений, ориентировку в пространстве, закреплять технику перебрасывания мяча.</p> <p>П/и «Попади в квадрат»</p>	1з. Спортивный зал
Декабрь	<p>Элементы баскетбольной техники.</p> <p>Совершенствовать действия с мячом.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание мяча в баскетбольный щит, установленный на разной высоте;</li> <li>2. Бросок мяча в цель;</li> <li>3. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками.</li> </ol> <p>П/и «Мотоциклисты»</p>	1з. Спортивный зал
Январь	<p>Элементы техники игры в волейбол (<i>пионербол</i>)</p> <p>Развивать координацию движений.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перебрасывание мяча через сетку или веревку натянутую выше головы ребенка (<i>произвольным способом</i>);</li> <li>2. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места;</li> <li>3. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке.</li> <li>4. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку.</li> </ol> <p>П/и «Играй, играй, мяч не теряй!»</p>	1з. Спортивный зал
Февраль	<p>Элементы баскетбольной техники</p> <p>Совершенствовать действия с мячом.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча продвигаясь шагом;</li> <li>2. Ведение мяча, остановка и передача;</li> <li>3. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой и остановка.</li> </ol> <p>П/и «Салки с мячом»</p>	1з. Спортивный зал

#### Тематический план модуля «Обезьянка Анфиска» (гибкость)

Месяц	Тема, цель	Место проведения
Октябрь	<p>«Первый снег»</p> <p>Повторить (разучить) простые упражнения на растяжку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корригирующая ходьба;</li> <li>- легкий бег;</li> </ul>	1з. Спортивный зал

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на растяжку;</li> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- подвижная игра «Листопад»;</li> <li>- релаксация «На краю неба»</li> </ul>	
Ноябрь	<p>1. Работа по проектам.</p> <p>2. Упражнения комплекса: Дерево, солнце, дуб, домик, ель, маленькая елочка, ласточка, петушок, рыбка, змея, ласковая кошечка, жучок, звездочка</p> <p>Закреплять двигательные навыки правильного выполнения игровых движений с элементами стретчинга</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корригирующая ходьба;</li> <li>- легкий бег;</li> <li>- упражнения на растяжку;</li> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- подвижная игра «Музыкальный домик»;</li> <li>- ходьба по массажным дорожкам.</li> </ul>	1з. Спортивный зал
Декабрь	<p>Упражнения комплекса:</p> <p>Солнышко, зернышко, дерево, ель, веточка, ящерица, змея, кузнечик.</p> <p>Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; способствовать укреплению мышечного тонуса; способствовать психоэмоциональной регуляции организма; оказывать благоприятное воздействие на состояние всего организма.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корригирующая ходьба;</li> <li>- легкий бег;</li> <li>- упражнения на растяжку;</li> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- подвижная игра «Листопад»;</li> <li>- релаксация «Небесные рисунки» просмотр слайдов с фотографиями облаков</li> </ul>	1з. Музыкальный зал
Январь	<p>Комплекс 1.</p> <p>Дерево, звездочка, домик, ракета, самолет, волна.</p> <p>Знакомить с новыми элементами игрового стретчинга, закреплять навыки их правильного выполнения</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на растяжку;</li> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- подвижная игра «Из круга вышибала»;</li> <li>- ходьба по массажным дорожкам;</li> <li>- самомассаж стоп и ладоней.</li> </ul>	1з. Спортивный зал
Февраль	<p>«Сказка о том, как появилась Обь»</p> <p>Упражнения комплекса:</p> <p>ласточка, солнышко, змея, рыба, скала, ласточка, дерево, кривое дерево, аист, гора.</p>	1з. Спортивный зал

	<p>Стимулировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата, совершенствовать двигательные способности, создавать условия для положительного психоэмоционального развития детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корригирующая ходьба;</li> <li>- легкий бег;</li> <li>- танцевальные элементы;</li> <li>- массаж ног;</li> <li>- упражнения на растяжку;</li> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- подвижная игра «Бежит река»</li> <li>- релаксация «Черепашка».</li> </ul>	
--	--	--

### Тематический план модуля «Зайка» (прыжки)

Месяц	Тема, цель	№ занятия, место проведения
Октябрь	<p>Прыжок в длину с места</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Учить детей рассчитывать точность приземления в определённое место;</li> <li>- Учить группировать в полёте и выбрасывать вперёд ноги;</li> <li>- Соизмерять силу толчка с расстоянием, которое надо преодолеть</li> </ul> <p>Упражнения для обучения исходному положению: «Старт пловца»</p> <p>Упражнения для обучения отталкиванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки через планку высотой 30-40 см с приземлением на маты;</li> <li>- выпрыгивания с касанием руками подвешенного мяча или воздушного шара.</li> </ul> <p>Упражнения для обучения приземлению:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки не в полную силу с зажатым между коленями или голенями гимнастическим мячом</li> </ul> <p>П/и «Волк во рву»</p>	1з. Улица
Ноябрь	<p>Прыжок в глубину (с невысоких предметов)</p> <p>Упражнение закрепления навыков приземления.</p> <p>Спрыгивание с постепенным усложнением:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- боком;</li> <li>- с хлопком и т.Дд.</li> </ul> <p>П/И «Лиса в курятнике»</p>	1з. Улица
Декабрь	<p>Прыжок в длину с разбега</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Учить детей примерно определять длину, доступную для выполнения прыжка;</li> <li>- Учить сочетать разбег и толчок, выполнять весь прыжок без остановки;</li> <li>- Воспитывать активность, инициативу, самостоятельность, смелость, быстроту мышления, сообразительность</li> </ul> <p>Упражнения для овладения техникой разбега:</p>	1з. Спортивный зал

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- пробегание первой части разбега по наклонной дорожке, второй по прямой;</li> <li>- выполнение первой части разбега (до контрольной отметки) прыжками с ноги на ногу в 6 шагов;</li> <li>- пробегание разбега с отталкиванием в конце.</li> </ul> Упражнения для овладения техникой отталкивания Упражнения для овладения техникой приземления: <ul style="list-style-type: none"> <li>- раскачивание на перекладине;</li> <li>- прыжки вверх с подъемом прямых ног перед собой.</li> </ul> П/и «Через ручеек»	
Январь	Прыжок в высоту с места Приучить детей целесообразно использовать приобретенные навыки, менять способы действий в зависимости от ситуации (запрыгнуть на скамейку и спрыгнуть с нее) П/и «Пингвины»	13. Спортивный зал
Февраль	1. Работа по исследовательским проектам. 2. Прыжки со скакалкой. Разминка с короткой скакалкой. Прыжки с продвижением вперед. Игровое упражнение «Часы»; «Десяточки» П/и «Зеркало»	13. Спортивный зал

#### Тематический план модуля «Леопард Барсик» (быстрота)

Месяц	Тема, месяц	№ занятия, место проведения
Октябрь	Командные игры - эстафеты: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Салка — дай руку»</li> <li>2. «Круговая охота»</li> <li>3. «Бегуны»</li> </ol> П/и «Перестрелбол»	13. Улица
Ноябрь	1. Работа по практическим проектам.  2. Чередование основных движений: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба - прыжки, прыжки - приседания.</li> <li>- изменение направления движений при ходьбе и беге по сигналу;</li> <li>- бег с перешагиванием через гимнастические палки, уложенные на разном расстоянии (одинаковом, увеличенном, уменьшенном);</li> <li>- бег скрестным шагом по обручам.</li> </ul> П/и «Белые медведи»	13. Спортивный зал
Декабрь	Круговая тренировка (вид поточно- интервальный):	13.

	<p>1 станция И.п.: партнеры стоят лицом друг к другу на расстоянии 3 м. Выполнение: быстрая передача и ловля мяча на месте.</p> <p>2 станция И.п.: наклон вперед, руки в стороны, ноги на ширине плеч. Выполнение: вращение прямых рук в вертикальной плоскости с фиксацией прямой головы.</p> <p>3 станция И.п.: высокий старт. Выполнение: челночный бег с ускорением 10 м.</p> <p>4 станция И.п.: лежа на животе проползание по-пластунски под препятствием (высота ворот 30–40 см) с максимальной скоростью.</p> <p>5 станция И.п.: упор присев. Выполнение: в быстром темпе выпрыгивание вверх со взмахом рук.</p> <p>6 станция И.п.: высокий старт. Выполнение: бег с максимальной скоростью по кругу на расстояние от 100 до 120 м.</p>	Спортивный зал
Январь	<p>Круговая тренировка (вид непрерывно-поточный):</p> <p>1 станция И. п. - лицом к гимнастической стенке хват на уровне пояса, правая – на второй рейке; прыжки со сменой ног в воздухе, руками отталкиваясь вверх.</p> <p>2 станция И.п. – о. с.; 1 – упор присев; 2 – наклон стоя согнувшись; 3 – присед; 4 – и. п.</p> <p>3 станция В парах спиной друг к другу, на расстоянии 60-70 см, передачи мяча между ног партнёра и вверх, за счёт прогибания туловища.</p> <p>4 станция И. п. – о. с.; 1 – прыжок толчком двух ног через мат; 2 – поворот кругом в упор присев; 3 –кувырок вперед; 4 – и. п.</p>	1з. Спортивный зал
Февраль	<p>Круговая тренировка (вид интенсивно – интервальный) «По дороге здоровья и спорта» <u>Станции:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Канатоходцы»</li> <li>2. «Нас не догонишь»</li> <li>3. «Фитбольная»</li> <li>4. «Тяни – толкай»</li> <li>5. «Степ – денс»</li> <li>6. «Уголок»</li> </ol>	1з. Спортивный зал



**Тематический план цикла «Белый мишка Полюс» (сила)**

Месяц	Тема, месяц	№ занятия, место проведения
Октябрь	<p>Комплекс силовых упражнений:</p> <p>1. <b>«Маятник».</b> И.П.: стойка – ноги врозь, зафиксировать руки на голове. На каждый счёт выполнять наклоны головы вправо, влево, вперед, назад.</p> <p>2. <b>«Волна».</b> И.П.: стойка – ноги врозь, руки в стороны. Поочередно волнообразные движения руками, напрягая руки в конечной фазе.</p> <p>3. <b>«Вертушка».</b> И.П.: стойка – ноги вместе, руки параллельно корпусу вниз. На каждый счёт вращать туловище то вправо, то влево, при этом свободно перемещая руки в сторону каждого поворота.</p> <p>4. <b>«Мельница».</b> И.П.: стойка ноги на ширине плеч с наклоном корпуса вперед, держим руки - в стороны. На каждый счёт вращение корпуса то вправо, то влево.</p> <p>5. <b>«Крокодильчик».</b> И.П.: упор лёжа, передвигаться вперёд на одних руках. Избегайте прогиба в пояснице, ногами не помогать.</p> <p>6. <b>«Ножницы».</b> И.П.: лёжа на спине в упоре на предплечьях, ноги слегка приподняты над уровнем пола. Поочередно делать скрестные движения выпрямленными ногами.</p> <p>7. <b>«Качели».</b> И.П.: лёжа на животе, удерживать руки вдоль торса, ноги немного разведены. Взяться руками за голени ног, прогнуться и покачаться.</p> <p>П/и «Медведи и пчелы»</p>	1з. Спортивный зал
Ноябрь	<p>Силовые упражнения в парах:</p> <p>1. <b>«Пружинка».</b> И.П.: стоя лицом друг к другу на дистанции согнутых рук, упираясь друг в друга ладонями. На каждый счёт осуществлять сгибание и разгибание правой, а затем левой руки.</p> <p>2. <b>«Качели».</b></p>	1з. Спортивный зал

	<p>И.П.: стоя друг напротив друга и взявшись за руки, выполнять по очереди приседания.</p> <p>3. <b>«Велосипед».</b></p> <p>И.П.: сидя, согнув ноги, упираясь ступнями в ступни партнера. На каждый счёт поочередно выполнять сгибание и разгибание ног.</p> <p>4. <b>«На лодочке».</b></p> <p>И.П.: сидя, согнув ноги, упираясь ступнями в ступни партнера, взяться за руки. 1 — упираясь в стопы партнера, потянуть его на себя, отклоняя корпус назад; 2 — то же самое выполняет партнер.</p> <p>5. <b>«Гусеница».</b></p> <p>И.П.: сидя согнув ноги. По команде «Марш!», помогая руками и ногами продвигаться вперед, а затем назад.</p> <p>6. <b>«Ласточка».</b></p> <p>И.П.: стоя друг напротив друга на дистанции шага, взяться за руки. Удерживая равновесие на одной ноге, отвести назад другую. Упражнение можно усложнить, выполняя его одновременно, а не по очереди.</p> <p>7. <b>«Пистолетик».</b></p> <p>И.П.: стоя друг напротив друга на дистанции шага, взяться за руки. 1-2 — оба партнера одновременно приседают на правой ноге, левая вперед; 3-4 — вернуться в и.п.</p> <p>П/и «Коршун и наседка»</p>	
Декабрь	<p>Общеразвивающие упражнения с палками.</p> <p>Подъемы ног, туловища из положения лежа на животе и спине</p> <p>Метание набивного мяча</p> <p>Упражнения на формирование правильной осанки</p> <p>Эстафета «Бег с набивным мячом»</p> <p>П/и «Перелет птиц»</p>	1з. Спортивный зал
Январь	<p>Общеразвивающие упражнения с утяжелителями.</p> <p>Отжимания из разных исходных положений.</p> <p>Упражнения на формирование правильной осанки</p> <p>Эстафета «Бег пингвинов», «Передача мяча в колонне»</p>	1з. Спортивный зал
Февраль	<p>Общеразвивающие упражнения с булавами.</p> <p>Подъемы туловища из исходного положения лежа на спине, руки за голову с разной интенсивностью.</p> <p>Подтягивание и поднимание туловища на скамье для пресса.</p> <p>Упражнения на формирование правильной осанки</p> <p>П/и «Гонка мячей по кругу»</p>	1з. Спортивный зал

<b>Итоговый раздел</b>			
Март	1. Физкультурно-спортивных мероприятий – соревнование между группами.		1 з. Улица
	2. Физкультурно-спортивных мероприятий – совместное занятие с родителями.		1 з. Зал
Апрель	1. Физкультурно-спортивных мероприятий – совместное занятие с родителями.		1 з. Улица
	2. Физкультурно-спортивных мероприятий – соревнование между группами.		1 з. Зал
	3. Физкультурно-спортивных мероприятий – «Я пробую сдать нормы ГТО»		1 з. Зал
Май	1. Мероприятие «Мой проект»		1 з. Музыкальный зал
	2. Физкультурно-спортивных мероприятий – «Малая Спартакиада»		1 з. Улица
	Контрольные занятия – выявление уровня физической подготовленности	<u>. Тест-беседа.</u> Тестирование: 1. Челночный бег 3x10 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1 з. Зал
	Контрольные занятия – выявление уровня физической подготовленности.	Тестирование: 1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу 2. Метание теннисного мяча в цель	1 з. Зал

## **2.4. Используемые педагогические технологии**

Современное образование требует решения различных задач и проблем современности, в первую очередь, проблем социализации и адаптации учащихся. Какими будут наши выпускники, зависит от всей системы организации образовательного процесса. Сейчас определен результат обучения ребенка – формирование ключевых компетенций. Сформировать их силами только традиционной методики невозможно и нерационально, поэтому в программе используются инновационные технологии. Это технологии личностно ориентированные, создающие условия для обучения каждого ребенка с учетом его личностных особенностей (устойчивость внимания, запоминания, скорости и прочности усвоения материала, способа восприятия учебной информации, состояния здоровья, темпа деятельности, способностей и задатков и т.д.), учитывающие и факт социализации детей в процессе обучения, поэтому в их арсенале есть приемы и методы формирования коммуникативных навыков и умений работы в паре, группе, коллективе, команде.

### **Технология личностно-ориентированного обучения**

Личностно-ориентированное обучение обеспечивает развитие и саморазвитие личности ребенка, исходя из выявления его индивидуальных способностей, опираясь на его способности, склонности, интересы и ценностные ориентации.

Используя технологии личностно-ориентированного подхода, можно полнее учитывать возможности и интересы ребенка, стимулировать его способности, тем самым, увеличивая мотивацию. Кроме того, эти технологии способствуют сплочению коллектива и позволяют проявиться каждому ребенку.

### **Здоровьесберегающие технологии:**

*Здоровьесберегающая технология* - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

*Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:*

- применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья

воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

### **Физкультурно-оздоровительные технологии**

Физкультурно-оздоровительные технологии реализуются в виде закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

### **Технология активной сенсорно-развивающей среды**

Предметно-развивающая среда в ДООУ помогает ребенку отыскать область своих интересов, раскрыть потенциальные возможности, утвердиться творчески способной личностью. Для укрепления здоровья детей и проведения профилактических мероприятий работает медицинский кабинет.

Оборудован физкультурный зал и бассейн для физкультурных занятий с разнообразным современным спортивным оборудованием.

На территории детского сада есть спортивная площадка с «полосами препятствий» (рукоходы, дуги, мишени для попадания в цель, яма для прыжков в длину).

В каждой группе оборудованы «Центры здоровья» или спортивные уголки. В этих зонах размещены мячи, скакалки, кегли, игры для развития мелкой моторики рук и другое физкультурное оборудование, сделанное руками воспитателей (маты, мягкие кубы, сухой бассейн, дорожки и т.д.).

Оборудованы уголки «Помоги себе сам», «Неболейки», «Волшебное зеркальце», где размещены систематизированы методические материалы: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

### Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Эти технологии реализованы в следующих формах:

- *гимнастика после дневного сна, представляющая собой* разминку в постели в сочетании с самомассажем, пробежки по массажным дорожкам;
- *гимнастика дыхательная* – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.
- *гимнастика для глаз* - ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.
- *гимнастика корригирующая* – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.
- *гимнастика ортопедическая* – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.
- *динамические паузы* (комплексы физминуток, которые включают в себя не только комплекс физических упражнений, но и дыхательную, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т.д.);
- *нетрадиционные комплексы утренней гимнастики. - пальчиковые игры.*

Вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

- *подвижные и спортивные игры* – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности.
- *релаксация* – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей.
- *стретчинг* - система специальных упражнений, основанных на статичных растяжках мышц и суставно-связочного аппарата.

### Технологии обучения здоровому образу жизни Эти

технологии реализуются следующим образом:

- *точечный массаж*, который повышает защитные свойства слизистых оболочек носа, глотки, гортани, трахеи, бронхов и других органов.
- *технология «Подвижная игра с дидактической направленностью» (ПИДН).*

### Технология использования физкультурных занятий

*Используются следующие виды и типы физкультурных занятий:*

- учебно-тренировочное,
- сюжетное (на темы прочитанных сказок, потешек),
- игровое,
- комплексное (включение в занятие разных видов деятельности),

- физкультурно-познавательное (детям рассказывается про виды спорта, про историю спортивных игр и т.п.),
- тематическое (с одним видом физических упражнений),
- контрольно-диагностические, во время которого дети сдают физкультурные нормы,
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности,
- занятия-тренировки в основных видах движений,
- занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей и др.,
- игры и упражнения под тексты стихотворений, считалок, потешек, народных песенок, авторских стихотворений;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

### **Коррекционные технологии**

*Технологии музыкального воздействия* – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

### **Технологии валеологического просвещения родителей**

Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа, не может дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители - педагоги), для которого характерно содействие друг другу.

*Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:*

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с конкретным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учёта их интересов и способностей.

### Игровые технологии

Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности личности в самовыражении, самоутверждении, самоопределении, саморегуляции, самореализации.

В программе используются игры с правилами, ребенка в них привлекает игровой процесс, желание выполнять игровые действия, добиваться результата, выигрывать, но этот игровой процесс опосредован какой-то задачей. Особый интерес вызывают игры с правилами, в которых имеется двойная задача (например «Лапта»).

Ребенок пытается самостоятельно оценить свои действия и действия других играющих (в отличие от иных видов деятельности, где это делают взрослые). Таким образом, игры с правилами благоприятны для развития у дошкольников способности к взаимооценке и самооценке.

Используются игры разной *степени подвижности*:

- малой подвижности,
- средней подвижности,
- большой подвижности.

*С определенными преобладающими движениями:*

- с прыжками,
- с перебежками и др.

*С разными предметами:*

- игры с мячом,
- с лентами,
- с обручами и др.



### Социо-игровые технологии

Сущность социо-игровой технологии по В.М. Букатову заключается в следующем: «Не учить, а налаживать ситуацию. Налаживать для того, чтобы всем участникам захотелось доверять друг другу и своему собственному опыту. В результате такого налаживания у детей происходит эффект добровольного и обучения, и научения, и тренировки».

Социо-игровая технология подразумевает свободу действий, свободу выбора, свободу мыслей ребёнка. Не менее важным в социо-игровой технологии является договор, правило.

### Технология проектной деятельности

**Цель:** развитие и обогащение социально-личностного опыта посредством включения детей в сферу межличностного взаимодействия.

*Проектирование* (от лат. proectus – брошенный вперед) – один из уникальных видов человеческой деятельности, связанной с предвидением будущего, созданием его идеального образа, осуществлением и оценкой последствий реализации тех или иных замыслов.

Программа предполагает разработку исследовательских, информационных, игровых, приключенческих, практико-ориентированных проектов; индивидуальных, парных, групповых.

Примерные темы проектов: «Активность и долголетие»;

«Мы любим спорт!»; «Чтобы сильным быть сполна, физкультура нам нужна!»; «Быть здоровыми хотим!»; «Спорт- это сила и здоровье!» и др.

### Технология решения изобретательских задач

**(ТРИЗ - технология)**

Основным средством педагогического воздействия в ТРИЗ-педагогике является система творческих заданий, что в достаточной степени гарантирует формирование у детей необходимых знаний и умений.

Предлагая детям творческое задание, учитываем следующие дидактические принципы (А.А. Гин, «Приемы педагогической деятельности»).

**Принцип свободы выбора.** В любом обучающем или управляющем действии предоставлять ребенку право выбора.

**Принцип открытости.** Предоставлять ребенку возможность работать с открытыми задачами (не имеющими единственно правильного решения).

**Принцип деятельности.** Любое творческое задание включает практическую деятельность.

**Принцип обратной связи.** Воспитатель может регулярно контролировать процесс освоения детьми мыслительных операций, так как в новых творческих заданиях есть элементы предыдущих.

**Принцип идеальности.** Творческие задания не требуют специального оборудования и могут быть частью любого занятия, что позволяет максимально использовать возможности, знания и интересы детей.

#### **Используются методы активизации мышления**

- словесные методы (беседа, дискуссия, объяснение);
- наглядные методы (демонстрация, иллюстрация);
- игровые методы (дидактические, игры-инсценировки, симуляционные игры, когда ребенок погружается в нужную ситуацию);
- практические методы (упражнение, исследования).

#### **Методы, основанные на системном подходе:**

- Системный оператор;
- Метод снежного кома;
- Ступенчатый эвристик;
- Данетка и др.

#### **Методы психологической активизации мышления:**

- Мозговой штурм ;
- Синектика;
- Метод контрольных вопросов;
- Морфологический анализ\*;

- Типовое фантазирование и др.

***Методы, основанные на математическом подходе:***

- Бином фантазии;
- Фантастическое вычитание;
- Фантастическое умножение;
- Метод «Наоборот»;
- Простые приемы фантазирования и др.

***Методы, основанные на перемене мест:***

- Перемена мест;
- Метод изменения оценки;
- Метод взаимного обмена;
- Фантограмма и др.

В рамках программы разработаны и составлены картотеки игр и упражнений.

**Технология портфолио**

Портфолио - это копилка личных достижений ребенка в разнообразных видах деятельности, его успехов, положительных эмоций, возможность еще раз пережить приятные моменты своей жизни, это своеобразный маршрут развития ребенка.

Программа предполагает создание портфолио «Спортивные достижения ребенка», которое состоит из следующих разделов:

***Раздел 1 «Давайте познакомимся».*** В разделе помещается фотография ребенка, указываются его фамилия и имя, номер группы; можно ввести рубрику «Я люблю...» («Мне нравится...», «Обожаю, когда...»), в которой будут записаны ответы ребенка.

***Раздел 2 «Мой ребёнок и спорт».*** В разделе помещаются сочинения родителей о своем малыше.

***Раздел 3 «Я мечтаю...».*** В разделе фиксируются высказывания самого ребенка на предложение продолжить фразы: «Я мечтаю о...», «Я бы хотел

быть...», «Я жду, когда...», «Я вижу себя...», «Я хочу видеть себя...», «Мои любимые дела...».

**Раздел 4 «Мои достижения».** В разделе фиксируются грамоты, дипломы (от различных организаций: детского сада, СМИ, проводящих конкурсы).

**Раздел 5 «Посоветуйте мне...».** В разделе даются рекомендации воспитателем и всеми специалистами, работающими с ребенком.

Содержание разделов заполняется постепенно, в соответствии возможностями и достижениями дошкольника.

### **Информационно – коммуникационные технологии**

Положительную роль в современной образовательной системе играет использование информационно-компьютерной технологии. Сегодня ИКТ можно считать тем новым способом передачи знаний, который соответствует качественно новому содержанию обучения и развития ребенка. Этот способ позволяет ребенку с интересом учиться, находить источники информации, воспитывает самостоятельность и ответственность при получении новых знаний. Использование мультимедийных средств помогает реализовать личностно-ориентированный подход в обучении, обеспечивает индивидуализацию и дифференциацию с учетом особенностей детей, их уровня облучённости и склонностей.

**STEM – аэробика**

STEM – аэробика – это синтез физкультуры и STEM-образования.

Система работы по данной технологии состоит из взаимосвязанных блоков, реализуемых в течение двух лет. 1 блок - образовательный. Включает в себя теоретические и практические занятия (не более 30 минут каждое), которые проводит воспитатель. Основная цель блока – познакомить дошкольников старшего возраста с 6 модулями STEM-образования.

2 блок - диагностический.

3 блок - практический. Время проведения практических занятий STEM- аэробики составляет 25-30 минут. Для достижения тренировочного эффекта элементы данной тренировки используются на каждом физкультурном занятии (движения с

отбиванием ритма, двигательный диктант, выполнение движений на определенный счет, подвижные игры: на внимание (три движения, четыре стихии, зеваки и т.д.); математические игры в движении (математическая разминка, перемена мест, у кого соседи, выполнение движений на определенный счет и т.д.); конструирование различных сооружений их мягких модулей).

## **2.5. Формы реализации Программы**

Форма организации занятий – групповая, численный состав группы 15 человек. Проходит во второй половине дня. Занятия посещают дети по собственному желанию, с разрешения родителей и на основании результатов медицинского осмотра.

Обучение проходит в игровой форме с использованием общеразвивающих упражнений, упражнений на развитие скоростной реакции, упражнений с отягощением, статических, динамических, упражнений на координацию.

Благодаря тому, что все элементы модулей чередуются в течение месяца, возможно организовать всестороннюю работу по подготовке детей к сдаче норм ГТО.

Формы организации занятий:

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Форма проведения занятий:

- физкультурно-познавательные (детям рассказывается про виды спорта, про историю спортивных игр и т.п.);
- тематические (с одним видом физических упражнений);
- контрольно-диагностические, во время которого дети сдают физкультурные нормы;
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;
- занятия-тренировки в основных видах движений;
- занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей и др.

Формы работы:

- индивидуальная (каждый ребенок должен выполнить все задания);
- групповая (при выполнении коллективных работ каждая группа выполняет определенное задание);
- коллективная (в процессе подготовки и выполнения коллективной работы дети работают все вместе, не разделяя обязанностей).

Дополнительные формы:

- спортивно – массовые мероприятия (участие в соревнованиях);
- работа с родителями. Способом отслеживания успешности овладения обучающимися содержания данной программы используется метод тестирования физической подготовленности детей, на основе норм ГТО для детей 6-8 лет.

## **2.6. Работа с родителями**

Взаимодействие с семьей является одним из условий участия детей в выполнении нормативов ГТО. Успешная сдача норм ГТО начинается с организации образа жизни в семье. Поэтому важными условиями участия дошкольников в сдаче норм ГТО целенаправленность, систематичность воспитательного воздействия, личный пример родителей. Работу по взаимодействию с семьей в процессе подготовки к сдаче норм ГТО начинаем с анкетирования родителей, направленного на выявление их отношения к занятиям физической культурой и спортом, участием детей в выполнении нормативов первой ступени ГТО на этапе завершения дошкольного детства.

Дальнейшее взаимодействие с родителями направлено на пропаганду комплекса ГТО:

- 1) информационно-просветительское;
- 2) физкультурно-спортивное.

Для эффективной реализации этих направлений используем нетрадиционные интерактивные формы работы с родителями: 1) индивидуальные и групповые консультации; 2) тематические беседы; 3) выступления на родительских собраниях; 4) распространение информационных буклетов; 5) проведение выставок; 6) проведение мастер-классов; 7) работа родительских групп; 8) размещение информации на сайте дошкольного учреждения.

Тематика информационно-просветительских мероприятий включает: 1) обогащение знаний родителей о значении норм ГТО для воспитания и сохранения здоровья детей; 2) психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам участия в сдаче норм ГТО детей и взрослых.

В ходе реализации информационно-просветительского направления

организуются мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни, создание устойчивой мотивации родителей и детей к прохождению испытаний по сдаче норм ГТО первой ступени, информирование родителей о том, как правильно выбрать вид спорта, спортивную секцию для ребенка, как воспитывать у детей чувство гордости за спортивные достижения страны, города. В ходе реализации физкультурно-спортивного направления проводятся совместные мероприятия: оздоровительные, спортивно — массовые акции с участием семьи, спортивные праздники, дни подвижных игр, физкультурные развлечения. Спортивные праздники («Мама, папа и я — спортивная семья», «ГТО + Я + Спортивная Семья») направлены на формирование положительного эмоционального отношения к спорту, в ходе дней подвижных игр у детей формируются двигательные и личностные качества, необходимые для сдачи норм ГТО. Участие в физкультурных развлечениях приобщает детей и родителей к совместной двигательной активности. В ходе совместных мероприятий родители демонстрируют детям пример положительного отношения к здоровому образу жизни, участию в сдаче норм ГТО, а дети получают удовольствие от совместной деятельности друг с другом и родителями.

В рамках взаимодействия с семьей в процессе подготовки к сдаче норм ГТО родители привлечь к созданию в детском саду предметно-пространственной среды, мотивирующей детей к участию в сдаче норм ГТО. Например, организуют музей спорта (достижения и награды родителей, значки ГТО); составление рассказов о том, каким видом спорта занимаются в семье, пополнение атрибутов в спортивном уголке, сбор иллюстративного и информационного материала, по теме ГТО, оформление информационного стенда «Мы всей семьей сдаем нормы ГТО». Особую ценность здесь представляют фотоматериалы, демонстрирующие причастность членов семьи к спорту, сдаче норм ГТО (фотовыставка «Как мы сдавали нормы ГТО»).

## 2.7. Содержание нормативов ГТО для детей 6-8 лет ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ)

№	Упражнение	МАЛЬЧИКИ значок	МАЛЬЧИКИ серебряный значок	МАЛЬЧИКИ бронзовый значок	ДЕВОЧКИ золотой значок	ДЕВОЧКИ серебряный значок	ДЕВОЧКИ бронзовый значок
1.	Челночный бег 3x10 м (секунд)	9,2	10,1	10,4	9,7	10,7	9,7
1.	или бег на 30 метров (секунд)	5,9	6,7	6,9	6,2	7,0	7,2
2.	Смешанное передвижение (1 километр)	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени
3.	Подтягивание из виса на 1 высокой перекладине (кол-во раз)	4	3	2	-	-	-
3.	или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (кол-во раз)	13	6	5	11	5	4
3.	или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз)	17	9	7	11	5	4
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу						
		достать ладонями	Достать ладонями	достать ладонями	достать ладонями	достать ладонями	достать ладонями

### ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ) ПО ВЫБОРУ

№	Упражнение	МАЛЬЧИКИ золотой значок	МАЛЬЧИКИ серебряный значок	МАЛЬЧИКИ бронзовый значок	ДЕВОЧКИ золотой значок	ДЕВОЧКИ серебряный значок	ДЕВОЧКИ бронзовый значок
1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	140	120	115	135	115	110
2	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м (кол-во раз)	4	3	2	4	3	2
3	Бег на лыжах 1км (мин.сек)	8:00	8:30	8:45	8:30	9:00	9:15
4	Бег на лыжах 2км (мин.сек)	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта	без учёта времени	без учёта времени



					времени		
5	или смешанное передвижение на 1,5км по пересеченной местности (для бесснежных районов страны)	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени	без учёта времени
6	Плавание без учёта времени (метров)	15	10	10	15	10	10

Условие	МАЛЬЧИКИ золотой значок	МАЛЬЧИКИ серебряный значок	МАЛЬЧИКИ бронзовый значок	ДЕВОЧКИ золотой значок	ДЕВОЧКИ серебряный значок	ДЕВОЧКИ бронзовый значок
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК «ГТО»	7	6	6	7	6	6

## УСЛОВИЕ ПОЛУЧЕНИЯ ЗНАЧКА ГТО

При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

### ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ:

1.1	<b>Челночный бег 3х10 метров</b>
	Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».
	Участники, не наступая на стартовую линию, принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участники бегут до финишной линии, касаются линии рукой, возвращаются к линии старта, касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.
1.2	<b>Бег на короткие дистанции</b>
	Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 30 м выполняется с высокого старта, бег на 60 и 100 м — с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 — 4 человека.
2	<b>Смешанное передвижение</b>
	Смешанное передвижение состоит из бега, переходящего в ходьбу в любой последовательности. Проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Максимальное количество участников забега — 20 человек.
3.1	<b>Подтягивание из вися на высокой перекладине</b>
	Подтягивание из вися на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.
	Участник подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию грифа перекладины,

	затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 секунд исходное положение, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.
	Ошибки: 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища); 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины; 3) отсутствие фиксации на 0,5 секунд исходного положения; 4) разновременное сгибание рук.
<b>3.2</b>	<b>Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине</b>
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.
	Высота грифа перекладины для участников I – III ступеней – 90 см. Высота грифа перекладины для участников IV – IX ступеней – 110 см.
	Для того чтобы занять исходное положение, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от грифа, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 секунд исходное положение, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.
	Ошибки: 1) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища; 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины; 3) отсутствие фиксации на 0,5 секунд исходного положения; 4) разновременное сгибание рук.
<b>3.3</b>	<b>Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимания)</b>
	Тестирование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без нее. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.
	Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 0,5 секунд, продолжить выполнение тестирования.
	Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук.
	Ошибки: 1) касание пола коленями, бедрами, тазом; 2) нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»; 3) отсутствие фиксации на 0,5 секунд исходного положения; 4) поочередное разгибание рук; 5) отсутствие касания грудью пола (платформы); 6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.
<b>4</b>	<b>Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье</b>
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 – 15 см.
	При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук

	и фиксирует результат в течение 2 секунд.
	При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».
	Ошибки: 1) сгибание ног в коленях; 2) фиксация результата пальцами одной руки; 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.
<b>5</b>	<b>Прыжок в длину с места толчком двумя ногами</b>
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения.
	Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.
	Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.
	Ошибки: 1) заступ за линию измерения или касание ее; 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока; 3) отталкивание ногами одновременно.

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Организация двигательного режима в ДОУ

№	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолжительность, мин.
1	2	3	4	5
1.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Утро, до завтрака	5-12
1.2	Занятия по физической культуре в зале (разные виды) и на улице	Все группы	По расписанию занятий	10-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Все группы	По необходимости	3-5
1.4	Физкультминутка	Все группы	Во время занятий	3-5
1.5.	Гимнастика после дневного сна, корригирующая гимнастика	Все группы	ежедневно 2 раза в неделю	3-5 5-12
1.6.	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	15-30
1.7.	Оздоровительный бег	Все группы	ежедневно	1-5
1.8.	Дыхательная гимнастика	Все группы	ежедневно	1-3 мин
1.9.	Гимнастика для глаз	Все группы	ежедневно на занятиях	1-3 мин
1.10	Пальчиковая гимнастика	Все группы	ежедневно	1-3 мин

1.11 Подвижные игры, физические Все группы Во время прогулок До 60 мин

	упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей			
1.12	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все группы	Ежедневно в свободное от занятий время	30-40
1.13	Физкультурный досуг	Все группы	Один раз в месяц по плану	15-60
1.14	Соревнования, эстафеты	Стар.дошк. возраст	По плану	40-60
1.15	Спортивные праздники	Все, кроме 1 младшей гр.	Три раза в год	20- 60
1.16	Походы, экскурсии	Старшая, подгот. Группы	Один раз в месяц	60-120 (в зависимости от времени года)
1.17	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Неделя здоровья</li> <li>• Тематический день «Здоровым быть здорово»</li> <li>• Международный день здоровья</li> <li>• «Папа, мама, я – спортивная семья»</li> <li>• «Мастер-классы»</li> <li>• «Веселые старты»</li> <li>• Совместные занятия физкультурой</li> <li>• Флеш– моб акции</li> <li>• участие родителей в массовых спортивных мероприятиях вне ДООУ (семейные эстафеты и др.)</li> </ul>	Все группы	По желанию родителей и педагогов Ежеквартально	45-60
1.18	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	Ежедневно	10-15
1.19	Посещение спортивного зала: динамический час, подвижные игры, стопотерапия;	Все группы Старший дошкольный возраст	По графику работы зала	10-35 20-30

фитбол–гимнастика, аэробика,



1.20	<p>Активированный день: -проводиться динамический час; (на прогулочной веранде, в музыкальном и спортивных залах: происходит смена помещений, предлагаются разнообразные мероприятия, игры по интересам ) - подвижные игры и малоподвижные игры в группе, музыкальные разминки; - сюжетно ролевые игры в группе;</p>	Все группы, кроме групп раннего возраста	В период времени утренней прогулки	<p>15-35 10-35 30-60 10 -20</p>
------	--	--	------------------------------------	---

### 3.2. Организация традиционных событий, праздников, мероприятий.

Организация традиционных событий, праздников, мероприятий — неотъемлемая часть в деятельности нашего дошкольного учреждения. Организация праздников, развлечений, детского творчества способствует повышению эффективности воспитательно-образовательного процесса, создает условия для формирования личности каждого ребенка.

Основополагающая роль в развитии духовности ребенка, формировании гражданской позиции, усвоении социокультурных норм и национальных культурных традиций принадлежит дошкольному детству.

Целью традиционных массовых праздников является наполнение ежедневной жизни детей увлекательными и полезными делами, создание атмосферы радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения	Ответственный
<b>1.Мониторинг</b>			
	1. Оценка физического развития детей.	сентябрь-октябрь 2022г.	инструктор по физической культуре

<b>2.Работа с педагогами.</b>			
1.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	в течение года	инструктор по физкультуре
2.	Консультировать по индивидуальной работе с детьми и с детьми с ОВЗ в целях развития физических качеств	в течение года	инструктор по физической культуре
3.	Участие в педагогических советах ДОУ	в течение года	по плану МДОУ
4.	Открытый показ физкультурного занятия для педагогов ДОУ.	март 2023г	инструктор по физической культуре
5.	Работа с учителем – логопедом по развитию речи на занятиях по ФИЗО.	в течение года	инструктор по физической культуре, специалисты
6.	Подготовка совместных праздников и развлечений.	сентябрь-май	инструктор по физической культуре, специалисты
7.	Участие в районном спортивном празднике детей 6-7 лет; семейные эстафеты.	май 2022г	инструктор по физической культуре
8.	Беседы на темы: «Наша безопасность»-сентябрь «Я и моя семья»-октябрь «С чего начинается Родина»-ноябрь «О любимых мамах и бабушках»-март «Новый год у ворот»-декабрь «Зимние забавы»- январь «День защитника Отечества»-февраль	в течение года	инструктор по физической культуре, воспитатели



### 3. Работа с родителями.

1.	Неделя здоровья. Привлечение родителей к участию в запланированных мероприятиях.	апрель 2023г	инструктор по физкультуре, воспитатели групп дошкольного возраста, музыкальный руководитель.
----	--	--------------	--

2.	Приглашение родителей на детские спортивные праздники.	в течение года	
3.	Участие в родительских собраниях по вопросу информирования родителей о физическом развитии и физической подготовленности детей	в течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
4.	Наглядная информация – консультация на стендах: «Занятия физическими упражнениями после болезни». «Упражнения, запрещенные и ограниченные к применению в дошкольном образовательном учреждении». «Физкультурный уголок дома»	в течение года	инструктор по физической культуре
5.	Групповое и индивидуальное консультирование по запросу родителей.  Индивидуальные беседы по результатам мониторинга по физическому развитию.	в течение года  октябрь 2022г, май 2023г	инструктор по физкультуре

6.	Проведение совместных спортивных праздников и развлечений: «День здоровья» октябрь; «Моя мама – лучшая на свете!» ноябрь; «Зимняя олимпиада» декабрь;  «Зимние забавы» январь; «Зарница» февраль; «Провожаем зиму, весну встречаем» март; «Мама, папа, я – спортивная семья!» апрель.	в течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
7.	Работа по программе «ГТО- путь к здоровью и успеху!»	в течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп

#### 4. Физкультурные развлечения с детьми

№	Содержание работы	Возраст групп	Сроки
1.	<i>«Путешествие по детскому саду» физкультурный досуг</i>  <i>«Внимание! Улица!»</i> <i>Спортивное развлечение</i>	Средняя  Старшая, подготовительная	Сентябрь
2.	<i>«Мойдодыр»</i> <i>Развлечение в рамках дня здоровья</i>  <i>«Зов джунглей»</i> <i>Развлечение в рамках дня здоровья</i> Конкурс групповых плакатов <i>«Движение - это жизнь»</i>	Средняя, младшая  Старшая, подготовительная	Октябрь
3.	<i>«Осенняя овощная сказка»</i> <i>Развлечение</i>  <i>«Моя мама – лучшая на свете!»</i> Спортивное развлечение	Младшая  Средняя, старшая, подготовительная	Ноябрь
4.	<i>«Прогулка в лес!»</i>	Младшая	

	<i>Развлечение</i> «Зимние олимпийские игры»	Старшая и подготовительная	Декабрь
5.	«Зимние забавы»	Средняя, старшая, подготовительная	Январь
6.	«Русские забавы» Физкультурный праздник	Младшая	Февраль
	«Зарница»	Средняя, старшая, подготовительная	
7.	«Провожаем зиму – весну встречаем!» Физкультурный досуг	Младшая, средняя, старшая и подготовительная	Март
8.	«Папа, мама, я – спортивная семья!» Спортивное соревнование	Средняя, старшая и подготовительная	Апрель
9.	Военно-патриотическая игра «Зарница»	Подготовительная группа	Май
10.	День защиты детей «Праздник лета, праздник солнца»	Средняя, старшая и подготовительная	Июнь
11.	«Мой весёлый, звонкий мяч!»	Средняя, старшая и подготовительная	Июль
12.	Игры-забавы «Русские народные игры»	Средняя, старшая и подготовительная	Август
13.	Мероприятия в рамках программы «ГТО-путь к здоровью и успеху!»	Подготовительная группа	в течение года

### 3.3. Учебный план.

Программа физкультурно-спортивной направленности обогащает содержания двигательной деятельности за счет обучения детей выполнению физических упражнений в соответствии с требованиями методики Комплекса ГТО, формирование прикладных двигательных умений и навыков. Отличительной особенностью данной программы является то, что она дает возможность каждому обучающемуся попробовать свои силы, свою физическую подготовленность в сдаче норм ГТО.

Программа рассчитана на 1 год обучения – 36 занятий в год. Учебный план программы охватывает детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) и реализуется через специально организованные занятия, которые проводятся 4 раза в месяц с сентября по май, во второй половине дня. Два занятия в месяц проводятся в зале, где обязательным условием является соблюдение воздушного и теплового режимов, освещенности спортивного зала. Два занятия на улице, где дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Многократное повторение упражнений и подвижных игр в условиях большого пространства в теплое и холодное время года способствует более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств (силы, выносливости, гибкости, ловкости), обеспечивает выполнение одной из главных задач физического воспитания – совершенствование функциональных систем (сердечно-сосудистой, дыхательной, ЦНС) и закаливание организма ребенка.

Срок реализации программы	Возраст	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
1 год	6-7 лет	1	4	36

### 3.4. Взаимодействие ДОО с социальными партнерами

На современном этапе дошкольное образовательное учреждение должно стать открытой социальной системой, способной реагировать на изменения внутренней и внешней среды, осуществляющей взаимодействие с различными социальными партнерами, имеющими собственные интересы в сфере образования, реагирующей на меняющиеся индивидуальные и групповые образовательные потребности, предоставляющей широкий спектр образовательных услуг. Современное дошкольное образовательное учреждение не может успешно реализовывать свою деятельность и развиваться без широкого сотрудничества с социумом на уровне социального партнерства.

*Социальное партнёрство – это инструмент, с помощью которого представители различных субъектов, организуют совместную деятельность.*

Одним из путей повышения качества дошкольного образования мы видим в установлении прочных связей с социумом, как главного акцентного направления дошкольного образования, от которого, на наш взгляд, в первую очередь зависит его качество.

Социальными партнерами в воспитании и развитии детей в ДОУ:

- СОШ № 206, 155;
- НГПУ и музей НГПУ;
- МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр»;
- МБОУ СОШ «Перспектива»;
- Мкудпогци «Эгида».

Сотрудничество ДОУ с социальными партнерами позволяет создать атмосферу взаимопонимания и доверительных отношений; создается благоприятная эмоциональная атмосфера для формирования единого образовательного пространства. У воспитанников развивается творческое мышление, умение разрабатывать и решать проблемы, принимать решения, делать выбор, сотрудничать в коллективе. Выпускники детского сада легко адаптируются в новых социальных условиях (при поступлении в школу), активно участвуют в различных мероприятиях, являются постоянными посетителями библиотеки, музея и др.

Заключили договора:

1. Соглашение о сотрудничестве между «Новосибирским государственным педагогическим университетом» и муниципальным казенным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад № 498», для проведения совместных консультативных, научно-методических, развивающих мероприятиях способствующих профессиональному уровню сторон.
2. Договор о сотрудничестве между МБОУ СОШ «Перспектива» и муниципальным казенным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад № 498»:
  - для разработки консилиумов РО ИО специальных образовательных условий для обучающихся в соответствии с рекомендациями психолого-

медико-педагогической комиссии;

- для проведения мастер-классов для педагогов;
- для консультаций специалистов.

### **3.5. Кадровое обеспечение программы**

Дошкольное образовательное учреждение укомплектовано кадрами полностью. Педагоги детского сада постоянно повышают свой профессиональный уровень, посещают методические объединения, творческие группы, знакомятся с опытом работы своих коллег и других дошкольных учреждений города и района, приобретают и изучают новинки периодической и методической литературы. Все это в комплексе даёт хороший результат в организации педагогической деятельности и улучшении качеств образования и воспитания дошкольников.

#### **Образовательный процесс в МКДОУ д/с № 498 обеспечивают:**

- заведующий;
- заместитель руководителя;
- 2 старших воспитателя;
- 34 воспитателя;
- 5 учителей – логопедов;
- 3 музыкальных руководителя;
- инструктор по плаванию;
- инструктор по физической культуре;
- воспитатель ИЗО.

В ДОУ работает 10 педагогов со средне – специальным образованием (22%) и 37 педагогов с высшим образованием (78 %). 1 педагог учится в Магистратуре, 1 педагог получает высшее образование (Бакалавра) и 1 педагог прошел переподготовку в педагогическом колледже №1 им. А. С. Макаренко.

## Уровень квалификации педагогических работников

<i>Категория или ее отсутствие</i>	<i>Количество педагогов</i>	<i>%</i>
Высшая квалификационная категория	12	25,5%
Первая квалификационная категория	21	44,6%
Соответствие должности	3	6,3%
Без категории	11	23,4%

## Повышение уровня квалификации педагогов и развитие кадрового потенциала

Повышение уровня мастерства педагогов является приоритетным направлением методической работы и ведется по трем направлениям:

- Внешняя (курсовая подготовка, аттестация, посещение районных и городских методических мероприятий).
- Внутренняя (организация различных форм работы с педагогами на базе детского сада).
- Самообразование педагогов.
- За отчетный период курсы повышения квалификации прошли 16 педагогов: 1 педагог на базе НИПКиПРО, 1 педагог в Гци «Эгида», 2 педагога в ООО «Центр повышения квалификации и переподготовки «Луч знаний», в АНО ДПО «СИППИСР» 1 педагог, 11 педагогов Центр непрерывного образования и инноваций» г. Санкт –Петербург.

### Педагоги, участвующие в реализации парциальной программы

№ п/п	ФИО	Образование	Категория	Курсы повышения квалификации
1	Ефременко С.В.	Высшее	Первая	2020 г. «Педагогические технологии в деятельности инструктора по физической культуре в условиях реализации ФГОС дошкольного образования» АНОО ДПО Академия образования взрослых «Альтернатива»; ООО «Центр повышения квалификации и переподготовки «Луч знаний» «Организация занятий адаптивной физической культурой с детьми дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья» 2021 г 72 ч; Городской центр информатизации «Эгида» «Образовательная робототехника в ДОО и начальной школе ОО в условиях реализации ФГОС» 2021 г, 24 ч.



2	Клычова Энеджан Реджепназаровна	Высшее	Первая	2018 г. ГАУ ДПО НСО «Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования» по программе «Физическое воспитание дошкольников в соответствии с ФГОС ДО» НИКиПРО
---	---------------------------------------	--------	--------	--

### 3.6. Материально-техническое обеспечение программы

Для полноценной работы по программе комплекса ГТО в детском саду

имеются: – физкультурный зал;

- спортивная площадка на улице, где расположены легкоатлетическая дорожка, секторы для прыжков, секторы для метания малого мяча;
- спортивное оборудование и инвентарь: теннисные мячи, малые мячи для метания, флажки разметочные на опоре, конусы (пластиковые), островки, мишени для метаний, стенки и скамейки гимнастические, мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, набивные, детские эспандеры, гимнастические палки, скакалки, обручи, дуги, балансиры, мешочки с песком, канат, гимнастические коврики, фитболы, резиновые мячи, массажные мячи, маты гимнастические, рулетки измерительные (10, 50 м), секундомеры, нагрудные номера, компас;
- атрибуты (ленты, флажки, султанчики, маски, шапочки);
- техника (музыкальный центр, компьютер и мультимедийный проектор).

Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитанию потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в группе оборудован «Центр физической культуры». В нем размещены мячи, скакалки, кегли, игры для развития мелкой моторики рук и другое физкультурное оборудование, сделанное руками воспитателей.

В центре находится ростомер, уголок «Проверь осанку», где ребенок может самостоятельно отслеживать изменения в росте, проверить осанку, помериться в силе и ловкости, методические материалы: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию,

соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

### **3.7. Обеспеченность методическими**

**материалами** – конспекты занятий;

– картотеки игр: малоподвижных, подвижных, эстафет; игр по ТРИЗ-технологии; – картотека упражнений: на релаксацию, на развитие физических качеств и др.;

– схемы выполнения упражнений;

– подборка музыкальных произведений; - электронные презентации;

– материалы консультаций для родителей.

### **3.8. Нормативно-правовая и научная литература**

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость - М. «Просвещение», 1981.

2. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам - М. «Владос», 2001.

Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет - М. Творческий центр «Сфера», 2008.

3. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)», одобренные на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» протоколом № 1 от 23.07.2014

4. Методические рекомендации по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», одобрен на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) протоколом № 1 от 23.07.2014 пункт II/1 и на заседаниях Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса 28.05.2014 и 27.08.2014г.).

5. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста - М. «Айрис пресс», 2004.
6. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 г. Москва «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
7. Приказ Минспорта России от 8 июля 2014 г. № 575 «Об утверждении Государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р «О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
9. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ - М. ТЦ Сфера, 2005.
10. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников - М. «Гном и Д», 2003.
11. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования
12. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников - Санкт-Петербург. «Детство-пресс», 2007.
13. Шебеко В.Н. Вариативные физкультурные занятия в детском саду - М. «Издательство института психотерапии», 2003.
14. Шебеко В.Н. Дошкольный возраст: психомоторная одарённость -«Дошкольное воспитание» № 10, 2008.







