

**Согласовано**

на заседании  
педагогического совета,  
протокол № 1 от 31.08.2023

**Утверждаю**

Заведующий ГБДОУ д/с №7

\_\_\_\_\_ А.А. Емельянова

Приказ № 145 – од от 31.08.2023г.

**Рабочая программа  
на 2023-2024 учебный год**

**Группа №3 «Сказка»**

**(Старшая группа 5-6 лет общеразвивающей направленности)**

Государственного бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад № 7 комбинированного вида  
Выборгского района Санкт-Петербурга

Инструктора по ФК  
Родионовой Ольги Алексеевны

**Санкт-Петербург**

**2023**

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.2.	Цель, задачи реализации рабочей программы освоения образовательной программы дошкольного образования	3
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4
1.1.4.	Характеристика особенностей развития детей старшего дошкольного возраста	5
1.1.5.	Планируемые результаты реализации рабочей программы	6
1.1.6.	Целевые ориентиры физического развития детей	7
1.1.7.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	7
1.1.8.	Основания разработки рабочей программы	7
1.1.9.	Срок реализации рабочей программы	8
1.2.	Часть формируемая участниками образовательных отношений	9
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	12
2.1.	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие»	12
2.2.	Календарный план воспитательной работы	18
2.3.	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.	28
2.4.	Часть формируемая участниками образовательных отношений	29
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	44
3.1.	Создание развивающей предметно - пространственной среды группы.	44
3.2.	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	46
3.3.	Учебный план образовательной деятельности	48
3.4.	Расписание образовательной деятельности (или как приложение к рабочей программе)	49
3.5.	Режим дня	49
3.6.	Календарный учебный график	50

# І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

<b>1.1.2.Цель</b>	<i>Целью</i> программы является разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций .
<b>Задачи</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;</li><li>2. Приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;</li><li>3. Построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;</li><li>4. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;</li><li>5. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>6. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма,</li></ol>

	<p>интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;</p> <p>7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;</p> <p>8. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.</p>
<p><b>1.1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;</li> <li>2. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;</li> <li>3. содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников<sup>1</sup> (далее вместе – взрослые);</li> <li>4. признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</li> <li>5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</li> <li>6. сотрудничество ДОО с семьей;</li> <li>7. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</li> </ol>

<p><b>1.1.4.Характеристика особенностей развития детей старшего дошкольного возраста (шестой год жизни)</b></p>	<p><i>Дошкольный возраст (от трех до семи лет).</i></p> <p>Центральной линией психического развития ребенка дошкольного возраста является формирование произвольности психических процессов и поведения, формирование регуляторных основ психики. В дошкольном возрасте закладываются основы успешной социализации, коммуникации, основы развития личности. Ведущим познавательным процессом в дошкольном возрасте является память и воображение. Мышление ребенка опирается на способность оперировать образами и представлениями, которые есть в памяти. За счет возможностей образного мышления, ребенок может представлять и думать о том, чего нет здесь и сейчас, преодолевается ситуативность. Все виды деятельности ребенка, включая игру, рисование, конструирование, лепку представляют собой формы наглядного моделирования действительности. В продуктивных видах деятельности ребенок моделирует предметы и явления окружающего мира, что способствует формированию первой целостной картины мира, схематического мышления, элементов логического мышления и творческих способностей. Ребенок познает мир человеческих отношений, моделируя их в игровой форме. В условиях игры регуляторные возможности психики ребенка возрастают в разы, так как в любой роли, отображающей социальные функции человека в обществе, скрыты ряд правил, которым ребенок начинает подчинять свое поведение. Формируется периферия самосознания. Ребенок накапливает представления о своих умениях и навыках. Ведущими психологическими потребностями, определяющими успешное развитие личности, является потребность в самовыражении (ребенок отвечает на вопрос «что я умею, что я могу») и потребность в самоутверждении, предполагающей желание ребенка соответствовать нормам и правилам, ожиданиям взрослых («желание быть «хорошим»).</p> <p>Данный возраст является крайне благоприятным для формирования нравственных норм и правил, формирования альтруистических потребностей и просоциальных форм поведения. Важно сформировать у ребенка положительное отношение к нормам щедрости, честности, справедливого распределения. В этом возрасте</p>
---	---

	<p>закладываются основы личностной, гендерной, гражданской и этнической идентичности. Познавательный интерес, любознательность, креативность можно рассматривать как системные качества, определяющие потенциал умственных способностей и развития личности ребенка дошкольного возраста. Коммуникативная компетентность в общении со взрослыми и сверстниками определяется способностью выстраивать коммуникацию адекватную ситуации, то есть, ребенок может проявлять гибкость, инициативность, интерес, чувствительность в ситуации познавательного, делового, личностного общения. Итогом развития личности выступает иерархия мотивов и произвольная регуляция поведения. Социально значимые мотивы («надо») могут управлять личными мотивами («хочу»), ребенок может принимать сложные инструкции взрослого, действовать согласно правилам и реализовывать целостные формы поведения. Способность к произвольной регуляции поведения, высокая любознательность и умение действовать по правилу определяет успешность обучения в школе. Исходя из того, что в дошкольном возрасте закладываются основы первичной картины мира, формируются социальные переживания, определяющие отношение ребенка к разным видам человеческой деятельности, к миру людей и к самому себе, особую важность приобретает формирование представлений и положительного отношения к правилам безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни. Также, в современном социальном контексте, необходимо уделять внимание аспектам финансовой, экологической, информационной осведомленности у детей дошкольного возраста.</p>
<p><b>1.1.5. Планируемые результаты</b></p>	<p><b>К шести годам:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</li> <li>➤ ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном</li> </ul>

	<p>темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений; ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей;</li> <li>➤ ребенок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;</li> </ul>
<p><b>1.1.6.Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы</b> <i>Физическое и оздоровление.</i></p>	<p>Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы. Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.</p>
<p><b>1.1.7.Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов. Перечень оценочных материалов.</b></p>	<p>Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. (Сентябрь, май).</p>
<p><b>1.1.8.Основания</b></p>	<p>✓ Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об</p>

<p><b>разработки рабочей программы (документы программно-методические материалы)</b></p>	<p>образовании в РФ».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).</li> <li>✓ Приказ Министерства просвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г. № 71847)</li> <li>✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"</li> <li>✓ Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16</li> </ul>
<p><b>1.1.9.Срок реализации рабочей программы</b></p>	<p>2023-2024 учебный год (сентябрь 2023 – май 2024 года)</p>

## **1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

### **Парциальная программа по воспитанию Петербуржца - дошкольника «Первые шаги» /Алифанова Г.Т., пособие «Петербурговедение для малышей от 3 до 7 лет»**

#### **Пояснительная записка.**

Авторская программа Г.Т. Алифановой «Первые шаги», утвержденная Комитетом по образованию Санкт-Петербурга и рекомендованная для творческого использования в дошкольных учреждениях; конспекты занятий-путешествий: практические советы по оснащению и оформлению кабинета, рекомендации по проведению экскурсий; сценарии праздников и вечеров памяти, посвященных петербургской тематике. Особое место занимает раздел "Работа с родителями". Предлагаемая Программа на доступном детям уровне знакомит их с наиболее интересными достопримечательностями Санкт-Петербурга: архитекторами, скульпторами, людьми, которые прославили город. Способствует развитию познавательных способностей детей, формированию высокой нравственности, воспитывает любовь к родному городу, уважение к предкам. Программа отвечает современным задачам образования, в т.ч. таким, как усиление внимания к ценностям традиционной духовной культуры и исторической преемственности.

Программа построена на основе главных методических принципов:

- учёт возрастных особенностей детей;
- доступность материала;
- постепенность его усвоения

**Цель программы** Создание оптимальных условий для углублённого развития детей в знакомстве с родным городом через грамотное построение целостного педагогического процесса на основе синтеза опыта традиционной системы дошкольного образования и обобщения, систематизации, интеграции достоверных, исторических материалов.

В основу программы положены следующие **принципы**:

- профессиональная компетентность педагога, основанная на личностно-ориентированном взаимодействии его с ребёнком;
- сохранение самооценки дошкольного периода, как созидательного, раскрывающего ребёнку историю своего города и высокую духовность,
- сочетание историчности и доступности исторического материала, учитывая приоритет ведущей деятельности дошкольника - игру.

## **Основные задачи реализации программы**

- Формирование эстетически развитой личности, эмоционально отзывчивой на исторические факты становления и развития родного города, его традиции и обычая.
- Обогащать словарь детей новыми словами и оборотами.
- Совершенствовать коммуникативные качества между взрослыми и детьми
- Соприкосновение дошкольника с нравственными идеалами общечеловеческих ценностей и культуры родного города.

### **Предполагаемые результаты:**

- свободно ориентироваться в названиях памятников архитектуры;
- узнавать на иллюстрациях и слайдах памятники архитектуры
- знать основных архитекторов, которые участвовали в строительстве нашего города.
- знать фамилии людей, которые прославили наш город.
- свободно ориентироваться в названиях памятников архитектуры;
- узнавать на иллюстрациях и слайдах памятники архитектуры;
- знать основных архитекторов, которые участвовали в строительстве нашего города.
- знать фамилии людей, которые прославили наш город.
- знать названия элементов архитектуры.
- находить сходства и различия в памятниках архитектуры

### **Формы подведения итоговых мероприятий:**

- беседы
- выставки
- итоговое занятие для родителей

### **Формы проведения итогов и способы проверки знаний**

- наблюдение
- беседы
- анализ изобразительных видов деятельности

Мониторинг с детьми проводится два раза в год: в начале и в конце учебного года.

## **Парциальная программа физического развития детей 3–7 лет «Малыши-крепыши» Бережнова О.В., Бойко В.В.**

### **Пояснительная записка**

Программа разработана на основании следующих нормативных правовых документов, регламентирующих функционирование системы дошкольного образования в Российской Федерации.

Программа определяет объем, содержание, планируемые результаты и организационно-педагогические условия образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников 3–7 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Программа предусмотрена для реализации в группах общеразвивающей, комбинированной, оздоровительной и компенсирующей направленностей (для детей с фонетико-фонематическим и ОНР), в том числе скомплектованных по разновозрастному принципу. При необходимости Программа может быть адаптирована для освоения детьми с ОВЗ.

### **Цели и задачи реализации Программы**

**Цель:** охрана и укрепление здоровья ребенка, формирование привычки к ЗОЖ, развитие его физических качеств и совершенствование двигательных навыков на основе индивидуально-дифференцированного подхода.

#### **Задачи:**

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ (гигиенических навыков, приемов закаливания и др.);
- развитие основных физических качеств ребенка (скорости, гибкости, силы, выносливости, ловкости) и умения рационально их использовать в повседневной жизни;
- развитие инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- воспитание воли, смелости,
- принцип целостности: стратегия и тактика образовательной деятельности с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка (у ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, своих физических возможностях, ценностях ЗОЖ);
- принцип минимакса: создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории физического развития и саморазвития
- в своем темпе, на уровне своего возможного максимума;
- принцип творчества: образовательная деятельность ориентирована на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта двигательной деятельности и активности;
- принцип вариативности: детям предоставляются возможности выбора видов двигательной активности, участников совместной деятельности, материалов и атрибутов, способа действия и др.;

— принцип непрерывности: обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется дальняя перспектива физического развития.

### **Планируемые результаты:**

- Ребенок имеет представление о ценности здоровья;
- сформировано желание вести ЗОЖ.
- Ребенок имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Ребенок знаком с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма; имеет представление о необходимости закаливания.
- У ребенка наблюдается повышение выносливости к осуществлению динамической работы за счет упорядочения характера мышечной активности.
- У ребенка повышаются способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движения; после выполнения движений ребенок способен самостоятельно подключиться к анализу полученных результатов и установлению необходимых корректировок.
- Ребенок при соответствующих условиях может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений.
- Ребенок может создавать условия для двигательной деятельности непосредственно в образовательной деятельности и в повседневной жизни, организовывать не только собственную двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со своими сверстниками, с более младшими дошкольниками. На основе приобретенного опыта и знаний детям становится доступным проведение утренней гимнастики со всей группой детей, творческое включение двигательных действий в сюжетно-ролевые игры.

Ребенок умеет выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности; дети могут создавать разнообразные вариации движений в зависимости от выбранного образа.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению образовательной области –физическая культура/плавание**

**В области физическая культура /плавание основными задачами и содержанием образовательной деятельности являются**

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

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

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

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

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

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

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

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

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о

разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

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

**Основные движения:**

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

**прыжки:** подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м.

**упражнения в равновесии:** ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

**Общеразвивающие упражнения:**

**упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и**

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

**упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости**

**позвоночника:** поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

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

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

#### **Ритмическая гимнастика:**

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

#### **1) Строевые упражнения:**

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

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

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой

группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

**Плавание:** с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:**

-продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе).

-Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья.

-Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. –

-Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, физические задания.

Досуги и праздники могут быть выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

**б) Активный отдых.**

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

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творчаеаправлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

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

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами — на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

## 2.2. Календарный план воспитательной работы

### СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности						Интеграция образовательных областей	
Темы/ Этапы занятия	01.09-08.09 Мониторинг	11.09-15.09 Мониторинг	20.09.23 Осень. Деревья/Мониторинг	27.09.23 Грибы и лесные ягоды. День работников леса.	27.09.23 Неделя безопасности. Всемирный день автомобиля (транспорт).	Социально-коммуникативное развитие: переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ. <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна.							
Вводная часть	Ознакомить детей с	Ознакомить детей с	Построение в колонну по одному	Построение в колонну по одному	Построение в колонну по одному		
ОРУ на суше	правилами поведения в бассейне и с помещениями (раздевалка, душевая)	правилами поведения в бассейне и с помещениями (раздевалка, душевая)	Без предмета	Без предмета	Без предмета		
Основная часть			1.Спустить в воду с помощью преподавателя 2. Войти в воду, держась за перила лестницы и с помощью преподавателя; 3. Ходить вдоль бортика, держась за поручень 4.Окунуться с помощью преподавателя	1.Ходьба в полуприседе 2.Погружения в воду 3.Погружения в воду с дыханием	1.Проплыть сквозь обруч 2.Достать игрушки, лежащие на дне. 3. «Стрелочка»		
Подвижные игры			«Морской бой» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Водолазы», «Торпеды». (Картотека)		
<b>Календарь праздников</b>							
1 сентября	День Знаний						
3 сентября	День окончания Второй мировой войны						
	День солидарности в борьбе с терроризмом						
7 сентября	210 лет со дня Бородинского сражения						
8 сентября	Международный день распространения грамотности						
27 сентября	День работника дошкольного образования						

## ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	<b>04.10.23</b> <b>Неделя безопасности.</b> <b>Всемирный день</b> <b>автомобиля (транспорт).</b>	<b>11.10.23</b> <b>Осенний урожай. Овощи.</b> <b>Труд взрослых на полях и</b> <b>огородах.Осень.</b>	<b>18.10.23</b> <b>Осенний урожай. Фрукты и</b> <b>садовые ягоды. Труд</b> <b>взрослых в садах.</b>	<b>25.10.23</b> <b>Мой город. Природа</b> <b>родного края.</b> <b>Достопримечательности</b> <b>Санкт-Петербурга.</b>	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания».					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ на суше	Без предмета	С мячом (Картотека)	Без предмета	С мячом (Картотека)	
Основная часть	1.«Стрелочка» 2. «Морская звездочка» 3. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1.Скольжение на груди 2.Скольжение на спине с помощью преподавателя 3. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1. Работа ног способом «кроль» у бортика (на груди и на спине) 2.Скольжение на груди 3. Скольжение на спине с помощью преподавателя 4.Достать игрушку со дна	1. Работа ног способом «кроль» у бортика (на груди и на спине) 2.Достать игрушку со дна 3.Проплыть сквозь обруч	
Подвижные игры	«Переправа», «Водолазы» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Кто дальше», «Водолазы» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	
<b>Календарь праздников</b>					
<b>4 октября</b>	<b>4 октября</b>				
<b>5 октября</b>	<b>День учителя</b>				
<b>16 октября</b>	<b>День отца в России</b> <b>Международный день музыки</b>				
<b>25 октября</b>	<b>Международный день школьных библиотек</b>				

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности						Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	01.11.22 Дни здоровья и психолого- эмоциональной разгрузки.	08.11.22 Одежда Головные уборы	15.11.22 Головные уборы	22.11.22 Обувь Семья.	29.12.22 День матери.	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве.						
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ на суше	Без предмета	В парах (Картотека)	Без предмета	С мячом (Картотека)	Без предмета	
Основная часть	1.Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди» 2.Скольжение на груди 3. Скольжение на спине с помощью преподавателя 4.Достать игрушку со дна	1.Скольжение на груди 2.Скольжение на спине с помощью преподавателя 3.Старт от дна и бортика бассейна	1.Скольжение на груди 2. Скольжение на спине 3.Достать игрушку со дна	1.Скольжение на груди 2.Скольжение на спине 3.Старт от дна и бортика бассейна 4. Достать игрушку со дна	1.Скольжение на груди 2. Скольжение на спине 3.Работа рук при способе плавания «кроль на груди»	
Подвижные игры	«Достань предмет», «Переверни шляпку» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Винт», «Кто быстрее» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	Самостоятельные игры в воде с игрушками	

<b>Календарь праздников</b>	
<b>4 ноября</b>	<b>День народного единства</b>
<b>8 ноября</b>	<b>День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России</b>
<b>27 ноября</b>	<b>День матери в России</b>
<b>30 ноября</b>	<b>День Государственного герба Российской Федерации</b>

## ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	06.12.22 Мебель. Виды мебели.	13.12.22 Бытовые приборы.	20.12.22 Зима. Зимние забавы.	27.12.22 Новый год. Игрушки.	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики  <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности  <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ на суше	Без предмета	В парах (Картотека)	С мячом (Картотека)	Без предмета	
Основная часть	1. Скольжение на груди 2. Скольжение на спине 3. Старт от дна и бортика бассейна 4. Работа рук при способе плавания «кроль на груди»	1. Скольжение на груди 2. Старт от дна и бортика бассейна 3. Работа рук при способе плавания «кроль на груди»	1. Скольжение на груди 2. Скольжение на спине 3. Работа рук при способе плавания «кроль на груди»	1. Скольжение на груди. 2. Скольжение на спине.	
Подвижные игры	«Водоворот», «Торпеды» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Винт», «Водолазы» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с плавающими игрушками	
<b>Календарь праздников</b>					
<b>3 декабря</b>	<b>День неизвестного солдата</b>		<b>31 декабря</b>	<b>Новый год</b>	
	Международный день инвалидов				
<b>5 декабря</b>	День добровольца (волонтера) в России				
<b>8 декабря</b>	Международный день художника				
<b>9 декабря</b>	День Героев Отечества				
<b>12 декабря</b>	День Конституции Российской Федерации				

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности						Интеграция образовательных областей	
Темы/ Этапы занятия	02.01-06.01.24 Дни здоровья и психолого-эмоциональной разгрузки	10.01.24 Зимующие птицы	17.01.24 Дикие животные и их детеныши	24.01.24 Домашние животные и их детеныши	31.01.24 Домашние птицы	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур, рассказывать о пользе плавания	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде, выполняет скольжение на груди.							
Вводная часть		Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне		
ОРУ на суше		С мячом (Картотека)	В парах (Картотека)	Без предмета	Без предмета		
Основная часть		1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» 2. Техника старта 3. Выдохи в воду	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» 2. Техника старта 3. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» 2. Техника старта 3. Выдохи в воду	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. «Звездочка»		
Подвижные игры		«Достань предмет», «Звездочка» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Винт», «Звездочка» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками		
<b>Календарь праздников</b>							
25 января	День российского студенчества						
27 января	День полного освобождения Ленинграда от фашисткой блокады						

## ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	07.02.24 Профессии	14.02.24 Инструменты. Орудия труда	21.02.24 Защитники Отечества	28.02.24 Весна. Признаки весны. Мамин праздник	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики  <b>Речевое развитие :</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности  <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур, рассказывать о пользе плавания
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде, выполняет скольжение на груди, умеет ориентироваться под водой.					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ в воде	Без предмета	С мячом (Картотека)	В парах (Картотека)	Без предмета	
Основная часть	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» 2. Техника старта 3. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» с колобашкой 2. Дыхание в воде 3.Скольжение на груди и спине	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» с колобашкой 2. Дыхание в воде 3. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1. Техника старта 2. Скольжение на груди и спине 3.Проплыть сквозь обруч	
Подвижные игры	«Торпеды», «Гонки» (Картотека)	«Охотники и утки», «Снайпер» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Винт», «Тоннель» (Картотека)	
<b>Календарь праздников</b>					
2 февраля	День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве				
8 февраля	День российской науки				
15 февраля	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества				
21 февраля	Международный день родного языка				
23 февраля	День защитника Отечества				

## МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	<b>06.03.24</b> <b>Цветы садовые и луговые</b>	<b>13.03.24</b> <b>Перелетные птицы весной</b>	<b>20.03.24.</b> <b>Животный мир морей и океанов. Пресноводные и аквариумные рыбы.</b> <b>Всемирный день воды.</b>	<b>27.03.24</b> <b>Дни здоровья и психолого-эмоциональной разгрузки.</b>	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур, рассказывать о пользе плавания
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде, выполняет скольжение на груди, умеет ориентироваться под водой.					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ в воде	Без предмета	Без предмета	Без предмета	Без предмета	
Основная часть	1.Упражнения на задержку дыхания 2. «Звездочка» 3. «Стрелочка»	1.Работа рук при способе плавания «кроль на груди» с колобашкой 2. Плавание с доской, работа ног способом «кроль на груди»	1. Техника старта 2. «Стрелочка» на груди 3. Проплыть сквозь обруч		
Подвижные игры	Самостоятельные игры в воде с игрушками	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Торпеды», «Тоннель» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	
<b>Календарь праздников</b>					
<b>3 марта</b>	<b>200 лет со дня рождения Константина Дмитриевича Ушинского</b>				
<b>8 марта</b>	<b>Международный женский день</b>				
<b>18 марта</b>	<b>День воссоединения Крыма с Россией</b>				
<b>27 марта</b>	<b>Всемирный день театра</b>				

## АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	03.04. 24 Человек. Части тела. Всемирный день здоровья	10.04.24 Космос	17.04.24 Посуда	24.04.24 Продукты питания	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур, рассказывать о пользе плавания, формировать умение двигаться в воде
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде, выполняет скольжение на груди, умеет ориентироваться под водой.					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ на суше	Без предмета	С мячом (Картотека)	Без предмета	В парах (Картотека)	
Основная часть	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. «Звездочка»	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. Техника старта	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. Техника старта 3.Проплыть сквозь обруч	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. Техника старта 3.Проплыть сквозь обруч	
Подвижные игры	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Найди клад», «Винт» (Картотека)	Самостоятельные игры в воде с игрушками	«Кто дальше», «Тоннель» (Картотека)	
<b>Календарь праздников</b>					
12 апреля	День космонавтики, 65 лет со дня запуска СССР первого искусственного спутника Земли				
19 апреля	День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны				
22 апреля	Всемирный день Земли				

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				Интеграция образовательных областей
Темы/ Этапы занятия	15.05.24. Насекомые	22.05.24. Лето.Признаки лета Мониторинг/коррекция	29.05.24 Мониторинг	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта, формировать гигиенические навыки: приучать аккуратно одеваться и раздеваться, самостоятельно принимать душ, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики <b>Речевое развитие:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности <b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур, рассказывать о пользе плавания, формировать умение двигаться в воде
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе плавания, владеет основными гигиеническими навыками, соблюдает правила безопасности в бассейне, выражает положительные эмоции при посещении бассейна, проявляет активность во время проведения подвижных игр и «свободного плавания», преодолевает страх перед водой, умеет ориентироваться в пространстве, умеет лежать на воде, выполняет скольжение на груди, умеет ориентироваться под водой.				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	Построение в колонну по одному, повторить правила поведения в бассейне	
ОРУ в воде	С мячом (Картотека)	В движении	В парах (Картотека)	
Основная часть	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног 2. Техника старта	1.«Кроль на груди» в координации движений рук и ног	1. Элементы водного поло	
Подвижные игры	Самостоятельные игры в воде с игрушками	Самостоятельные игры в воде с игрушками	Самостоятельные игры в воде с игрушками	
<b>Календарь праздников</b>				
1 мая	Праздник Весны и Труда			
9 мая	День Победы			
19 мая	День детских общественных организаций России			
24 мая	День славянской письменности и культуры			

### 2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников. На 2023-2024 уч.г.

Месяц	Темы	Форма работы
<b>Сентябрь</b>	«Плавание в детском саду»	Анкета для родителей
	«Организация занятий по плаванию в детском саду» Безопасность на воде	Родительское собрание в группе
	«Я и моя семья на море»	Выставка рисунков
<b>Октябрь</b>	«Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста»	Индивидуальные консультации
	«Плавание, как средство коррекции двигательной активности детей»	Папка - передвижка
	«Мой город на воде»	Оформление фотовыставки
	«Хорошая осанка-это красиво и полезно»	Стендовая информация
<b>Ноябрь</b>	«Учим лежать, всплывать и скользить по поверхности воды»	Семинар-практикум
	« Значение дыхания в плавании. Учим правильно дышать»	Стендовая информация
<b>Декабрь</b>	Плавание – как средство воспитания дошкольников Правила безопасного поведения на занятиях	Индивидуальные консультации
	«Новогодние приключения.»	Спортивное развлечение
<b>Январь</b>	Использование игр и игровых ситуаций для преодоления водобоязни практические советы для родителей	Индивидуальные консультации

<b>Февраль</b>	«Гигиеническое воспитание в процессе занятий плаванием»	Папка - передвижка
<b>Март</b>	«Морской круиз вместе с мамой!»	Открытое мероприятие
	«Поговорим о воде» - пословицы, стихи, поговорки, песенки, потешки о воде.	Папка - раскладушка
<b>Апрель</b>	«День здоровья! Профилактика простудных заболеваний»	Открытое мероприятие
	«Плавание-путь к здоровью»	Стендовая консультация
<b>Май</b>	«Вода не прощает неосторожности»	Родительское собрание
	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Выставка рисунков
	Игры и игровые ситуации для профилактики психоэмоциональных нарушений детей дошкольного возраста	Индивидуальные консультации

#### **2.4. Содержательный раздел (Часть, формируемая участниками образовательного отношений)**

##### **Содержание работы по парциальной программе**

##### **«Первые шаги»**

##### **Петербурговедение для малышей от 3 до 7 лет»**

**Г. Т. Алифановой**

##### **Пояснительная записка**

Предлагаемая Программа на доступном детям уровне знакомит их с наиболее интересными достопримечательностями Санкт-Петербурга: архитекторами, скульпторами, людьми, которые прославили город. Способствует развитию познавательных способностей детей, формированию высокой нравственности, воспитывает любовь к родному городу, уважение к предкам.

Программа отвечает современным задачам образования, в т.ч. таким, как усиление внимания к ценностям традиционной духовной культуры и исторической преемственности. Программа построена на основе главных методических принципов:

Программа построена на основе главных методических **принципов**:

- учёт возрастных особенностей детей;
- доступность материала;
- постепенность его усвоения.

### **Цель программы**

Создание оптимальных условий для углублённого развития детей в знакомстве с родным городом через грамотное построение целостного педагогического процесса на основе синтеза опыта традиционной системы дошкольного образования и обобщения, систематизации, интеграции достоверных, исторических материалов.

В основу программы положены следующие принципы:

- профессиональная компетентность педагога, основанная на личностно-ориентированном взаимодействии его с ребёнком;
- сохранение самооценки дошкольного периода, как созидательного, раскрывающего ребёнку историю своего города и высокую духовность,
- сочетание историчности и доступности исторического материала, учитывая приоритет ведущей деятельности дошкольника- игру.

### **Основные задачи программы**

- Воспитание маленького петербуржца: воспитанного, доброго, внимательного к другим людям, достойного преемника петербургских традиций;
- Воспитание любви и ценностного отношения к Санкт-Петербургу, как к месту проживания, так и культурному и историческому центру нашей страны.
- Формирование эстетически развитой личности, эмоционально отзывчивой на исторические факты становления и развития родного города, его традиции и обычаи.
- Обогащение словаря детей новыми словами и оборотами.
- Совершенствование коммуникативных качеств между взрослыми и детьми.
- Соприкосновение дошкольника с нравственными идеалами общечеловеческих ценностей и культуры родного города.

Представления о Санкт-Петербурге является содержательной основой для осуществления разнообразной детской деятельности. Поэтому

содержание программы может успешно интегрироваться практически со всеми образовательными областями и состоять в следующем:

- участие детей в целевых прогулках, экскурсиях по городу обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- обсуждение с детьми правил безопасного поведения в городе («Как правильно переходить дорогу», «Что можно, чего нельзя делать на улице города» и др.);
- участие в совместном с воспитателем труде на участке детского сада (посильная уборка участка после листопада, подкормка птиц, живущих в городе);
- развитие эстетического восприятия и суждений в процессе чтения произведений художественной литературы о Санкт-Петербурге, накопление опыта участия в разговорах, беседах о событиях, происходящих в родном городе, о достопримечательностях родного города, участие в придумывании сказок и историй о достопримечательностях Санкт-Петербурга;
- рассматривание дидактических картинок, иллюстраций, отражающих отношение людей к Санкт-Петербургу (высаживание деревьев и цветов в городе, возложение цветов к мемориалам воинов, украшение города к праздникам и пр.);
- участие в проектной деятельности, продуктом которой являются журналы или газеты о Санкт-Петербурге, создание карт города, составление маршрутов экскурсий и прогулок по городу; коллекционирование картинок, открыток, символов, значков;
- обсуждение и составление рассказов о профессиях родителей-горожан;
- участие с родителями и воспитателями в социально-значимых событиях, происходящих в городе (чествование ветеранов, социальные акции и пр.).

### **Старший дошкольный возраст**

НОД проводится 1 раз в месяц во второй половине дня.

Совместная деятельность 1 раз в неделю во второй половине дня по подгруппам по 20-25 минут.

Предполагаемые результаты:

Дети 5-6 лет:

- свободно ориентироваться в названиях памятников архитектуры;
- узнавать на иллюстрациях и слайдах памятники архитектуры;
- знать основных архитекторов, которые участвовали в строительстве нашего города.
- знать фамилии людей, которые прославили наш город.

Формы подведения итогов и способы проверки знаний:

- обобщающие итоговые мероприятия
  - беседы
  - выставки

### Содержание программы

Дата (месяц)	№	Тема занятия	Цель	Базовая программа	Нац. рег. компонент	Компонент ДОУ
<b>Сентябрь</b>	1	«Люди – дети неба и земли»	Расширить представления детей о потребностях человека.	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении плавательного бассейна
	2	Прогулка по осеннему Петербургу	Воспитывать у детей чувство прекрасного, умение увидеть красоту осенней природы			
	3	Экскурсия в г. Пушкин	Воспитывать у детей чувство прекрасного, умение увидеть красоту осенней природы; знакомить садово-парковыми ансамблями Петербурга.			
	4	Телевизионная экскурсия по городу				
<b>Октябрь</b>	1	«Здесь будет город заложен»	Дать сведения об основании города, об основателе, о причинах, о выборе места	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении плавательного бассейна
	2	«Почта»	Дать сведения о назначении почты.			
	3	Целевая прогулка на почту	Познакомиться с отправкой писем			
	4	«Зоологический музей»	Познакомить ребенка с музеями в нашем городе, с фауной земли.			

<b>Ноябрь</b>	1	«Символы города»	Продолжить знакомить детей с символами Санкт-Петербурга, с гербом, с флагом, с гимном.	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	
	2	«Пожарные команды»	Продолжать учить детей соблюдать правила пожарной безопасности.			
	3	Экскурсия в булочную.	Наблюдение за работой продавца.			
	4	Телевизионная экскурсия по городу				
<b>Декабрь</b>	1	«Все флаги в гости будут к вам».	Познакомить с географией, картой города; Дать сведения о создании флота, об Андреевском флаге.	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении плавательного бассейна
	2	«Пулково» (Обсерватория)	Познакомить детей с понятием «обсерватория»; для чего она нужна.			
	3	Убранство города к Новому году	Целевая прогулка			
	4	«Русский музей»	Познакомить детей с картинами русских художников (родная природа)			
<b>Январь</b>	1.	«Железная дорога»	Познакомит детей с историей железной дороги	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении плавательного бассейна
	2.	Город зимой	Целевая прогулка			
	3.	«Никто не забыт, ничто не забыто»	Продолжить знакомить детей с подвигом Ленинграда в дни блокады			
	4.	Экскурсия «Музей блокадного детства»	Дать сведения о том, как люди жили в блокадном Ленинграде			
<b>Февраль</b>	1	«Мы горожане»	Расширить представления	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа	В помещении

			детей о профессиях, транспорте, Некоторыми музеями, правилами поведения в них.		«Первые шаги»	и плавательного бассейна
	2	«Цирк»	Дать сведения о том, что такое цирк, от куда пошло это название.			
	3	«Зоопарк зимой»	Дать сведения о том, что такое зоопарк; как зимуют звери в зоопарке			
	4	Экскурсия в Ботанический сад	Наблюдение за растениями в Ботаническом саду. История Ботанического сада			
<b>Март</b>	1	«По Неве на корабле»	Познакомить с первыми постройками: домик Петра 1, Петропавловская крепость, Адмиралтейство, дворец Меншикова, Летний сад.	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении и плавательного бассейна
	2	«Рынки»	Познакомить детей с историей рынков			
	3	Стройка высотного дома	Наблюдение за машинами-помощниками строителей.			
	4	Пробуждение природы	Воспитывать чувство прекрасного: учить видеть красоту весенней природы, ее пробуждение			
<b>Апрель</b>	1	«Мой город родной»	Продолжить знакомить детей с жизнью города, с центром,	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении и плавательного бассейна

			окраинами, с районами.			ного бассейна
	2	«Аэропорт»	Познакомить детей с историей аэропорта			
	3	Весенняя уборка города	Наблюдение за работой дворников.			
<b>Май</b>	1	«Площадь Победы»	Познакомить детей с памятником, который поставлен в память о героях ВОВ; воспитывать чувство патриотизма.	ОП ДО	Г.Т.Алифанова Программа «Первые шаги»	В помещении и плавательного бассейна
	2	Подарки ко Дню рождения города	Познакомить детей с подарками, которые были преподнесены к 300-летию Петербурга.			
	3	«День рождения»	Дать сведения об истории и возрасте города.			

\* Все экскурсии проводятся виртуально

### Требования к уровню подготовки детей

Воспитанник должен	Базовая программа	Национально-региональный компонент	Компонент ДОУ
Знать	<p>Российская Федерация (Россия) – огромная многонациональная страна;</p> <p>-Москва – главный город, столица нашей Родины;</p> <p>-Символы России: флаг, герб, мелодия гимна;</p> <p>-Государственные и народные праздники;</p> <p>- Народные традиции и обычаи;</p>	<p>-Ф.И.О. своих бабушек и дедушек, их специальность;</p> <p>-Называть части дома;</p> <p>-Дома с далеким прошлым;</p> <p>-Узнавать и различать городской дом и дом в деревне;</p> <p>-Жизнь дома (рождается, живет, стареет, умирает)</p> <p>-что такое улица, площадь, бульвар;</p> <p>-Жизнь улицы: почта, парикмахерская, ателье, магазин.</p>	<p>-Домашний адрес</p> <p>-знать и называть своих родственников</p> <p>-Название группы.</p> <p>Инициалы некоторых сотрудников детского сада: воспитателей, пом. воспитателя, заведующей, ст. воспитателя, врача, мед. Сестры, плотника и т.д.</p>

Иметь представления	- О достопримечательностях, культуре, традициях родного края; -О структуре городского пространства; -О Российской армии, о разных военных профессиях; О защитниках нашей страны в годы войны.	- О истории своего района; -О глобусе, карте; -О других городах России; -О флаге России, гербе Санкт-Петербурга, гимне города; - О том, что связано с основанием Санкт-Петербурга: Петр 1 (Великий), расположение города, первоначальные застройки, первая площадь – Троицкая, Летний сад – первый сад, Марсово поле; - О скульпторах, архитекторах, знаменитых людях Санкт-Петербурга, о святых	- О замечательных людях нашего детского сада; -О военных и ветеранах из числа близких родственников детей и сотрудников детского сада.
Уметь	-На контурной карте показать Россию: моря, озера, реки, горы, леса, отдельные города; -Составлять схемы» -Создавать постройки; -Составить рассказ; -Провести элементарную экскурсию	-Ориентироваться в городе; -Определять на схемах месторасположения памятников города; -Создавать постройки памятников зодчества; -Составлять рассказ о достопримечательностях.	-Ориентироваться в своем районе; -Составлять схему пути следования домой; - Провести для малышей экскурсию по детскому саду.

### Перечень основных средств обучения

1. Беседы
2. Целевые прогулки
3. Экскурсии
4. Тематические занятия
5. Встречи со знаменитыми людьми
6. Чтение
7. Изобразительная деятельность
8. Игры
9. Телевизионные фильмы
10. Слайды, диафильмы
11. ЭОР

### Список литературы

1. Г.Т.Алифанова - «Петербурговедение для малышей от 3 до 7»
2. В. Степанов - Учебник для малышей «Моя Родина – Россия»
3. Сергей Скаченков - «Город мой над Невой»
4. Майя Борисова - «У красавицы Невы»
5. Н. А. Яковлева - «Наш город Санкт – Петербург»
6. Ю. Каштанов - «Эпоха Петра»
7. Е.К.Ривина - «Герб и Флаг России»

8. Л.Н.Белотелова - «Мой район Московский»
9. Г.В. Калашников - «Гербы и символы Санкт-Петербург и Ленинградская область»
10. Л.К. Ермолаева «Чудесный город»
11. В.Фролов, О.Яковлев «Как родился Петербург»
12. Л.Шиф «Путешествия по Петербургу с Аликом и Гусариком»
13. Музей России. «Военно – исторический музей, Санкт – Петербург»
14. В.Маяковский «Что такое хорошо, что такое плохо»
15. Г.Х.Андерсен «Снежная королева»
- 16.Р/н сказка «Теремок»

### **Содержание работы по парциальной программе**

#### **физического развития детей 3-7 лет**

#### **«Малыши-крепыши».**

**Бережнова О.В., Бойко В.В.**

#### **Пояснительная записка**

Программа разработана на основании нормативных правовых документов, регламентирующих функционирование системы дошкольного образования в Российской Федерации. Программа определяет объем, содержание, планируемые результаты и организационно-педагогические условия образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников 3-7 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Программа предусмотрена для реализации в группах общеразвивающей, комбинированной, оздоровительной и компенсирующей направленностей (для детей с фонетико-фонематическим и ОНР), в том числе скомплектованных по разновозрастному принципу. При необходимости Программа может быть адаптирована для освоения детьми с ОВЗ. Программа направлена на: — приобретение детьми опыта в двигательной деятельности (выполнение упражнений, нацеленных на развитие координации и гибкости, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук; выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); — формирование у детей начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; — становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; — становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами (в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Содержание Программы разработано с учетом динамики физического развития детей от

младшего дошкольного возраста до поступления в школу. Содержание Программы представлено в соответствии с тремя основными видами образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников: — создание условий для охраны и укрепления здоровья детей; — формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ; — приобщение детей к физической культуре.

### **Цели и задачи реализации Программы**

**Цель:** охрана и укрепление здоровья ребенка, формирование привычки к ЗОЖ, развитие его физических качеств и совершенствование двигательных навыков на основе индивидуально-дифференцированного подхода.

#### **Задачи:**

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ (гигиенических навыков, приемов закаливания и др.);
- развитие основных физических качеств ребенка (скорости, гибкости, силы, выносливости, ловкости) и умения рационально их использовать в повседневной жизни;
- развитие инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- воспитание воли, смелости, настойчивости и дисциплинированности;
- формирование предпосылок учебной деятельности

### **Старший дошкольный возраст**

#### **Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей:**

- организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и др.);
- продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма;
- осуществлять контроль над формированием у детей правильной осанки;
- продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.

#### **2. Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ:**

- формировать у детей потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести ЗОЖ;
- воспитывать у детей потребность соблюдать правила здорового берегающего поведения.

#### **3. Приобщение детей к физической культуре:**

- расширять у детей представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений;
- вызывать у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения физических упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям;
- приступить к целенаправленному развитию физических качеств детей: скоростных, скоростно-силовых, силы, гибкости, выносливости; другую, друг другу из разных и.п. и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди);
- закреплять умение детей метать предметы на дальность, в горизонтальную и вертикальную цели (с расстояния не более 4 м);
- совершенствовать навыки ползания, перелезания через различные препятствия.
- побуждать детей осознанно и самостоятельно использовать определенный объем знаний и умений в различных условиях (в лесу, парке, при выполнении двигательных заданий);
- обогащать двигательный опыт детей и формировать у них потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- способствовать развитию у детей интереса к движению и повышению своих результатов;
- поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- развивать у детей чувство равновесия, координацию движений, улучшать ориентировку в пространстве;
- закреплять приобретенные ранее умения и навыки детей в процессе организации различных форм двигательной активности;
- обучать детей элементам техники выполнения всех видов жизненно важных движений, спортивным играм и упражнениям;
- развивать у детей умение ходить и бегать в колонне по одному, по двое, с выполнением различных заданий педагога;
- развивать у детей умение бегать с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, змейкой, враспынную, с преодолением препятствий; организовывать непрерывный бег (не более 2 мин);
- закреплять умение детей прыгать с высоты в обозначенное место (не более 30 см), прыгать в длину с места и с разбега, прыгать через короткую и длинную скакалки;
- обучать детей бросанию мяча вверх, об пол (о землю) и ловле его двумя руками, перебрасывать мяч из одной руки в

**Ходьба:** ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево;

— ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, с поворотом на углах зала, с выполнением различных заданий;

— бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом;

— бег в колонне (по одному, по двое);

— бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную;

— бег с изменением темпа, сменой ведущего;

— прыжки на месте на двух ногах (30–40 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м), с поворотом кругом; — прыжки: ноги скрещены — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад, на одной ноге (правой и левой поочередно); — прыжки в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов, поочередно через каждые

— прыжки: ноги скрещены — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад, на одной ноге (правой и левой поочередно); — прыжки в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов, поочередно через каждые

### **Построение и перестроение**

— построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; — перестроение в колонну по два, три; — равнение в колонне по одному в затылок, в шеренге по линии; — повороты направо, налево, кругом (переступанием); — размыкание и смыкание. Ритмическая гимнастика — выполнение ОРУ под музыку; — согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

### **Плавание:**

— знакомство с правилами поведения на воде; — упражнения в воде: движения ногами вверхвниз, сидя в воде, выполнение разнообразных движений руками в воде; — плавание произвольным способом; — скольжение на груди и на спине, выполняя выдох в воду.

### **Подвижные игры:**

**С бегом:** «У медведя во бору», «Самолеты», «Ловишки», «Веселые ребята», «Караси и щука», «Сделай фигуру», «Гуси-лебеди», «Карусель», «С кочки на кочку».

**С прыжками:** «Зайцы и волк», «Удочка».

**С лазанием:** «Пожарные на учении», «Медведь и пчелы», «Пастух и стадо».

**С мячом:** «Мяч через сетку», «Школа мяча», «Мяч водящему».

**На метание:** «Охотники и зайцы», «Перебежки». На ориентировку в пространстве: «Найди где спрятано», «Найди и промолчи», «Прятки».

**На координацию речи с движением:** «Грядка», «Яблоня», «По ягоды», «Клен», «Помощники», «Как мы поили телят», «Маленький кролик», «Снеговик», «Самолет», «Теплоход», «Машины», «Чайник», «Летчик»,

«Маляры», «Кровельщик», «Мячик мой», «Гусеница», «Ракета», «Золотая рожь».

Месяц	Тема	Содержание	Количество занятий	Форма
Октябрь	Период адаптации Теоретические сведения по каждому стилю плавания (на каждом занятии)	Закрепить знания о правилах поведения и технике безопасности в бассейне. Проверить плавательную подготовку в бассейне. Передвижение по дну бассейна разными способами. Погружение в воду с опорой, без опоры, с открыванием глаз. Нырание.	1	Беседа с детьми. Контрольное занятие
Ноябрь	«Сухое плавание» Плавание способом «кроль на груди» и «кроль на спине»	Лежание на воде на груди, на спине. Скольжение отталкиваясь от дна, от бортика бассейна, в сочетании с выдохом в воду, с движениями рук. Учить работ рук при плавании кролем на груди, учить согласованию дыхания с работой рук и ног кролем на груди.	1	Сюжетно - игровое занятие
Декабрь	«Сухое плавание» Плавание способом «брасс», «дельфин», повороты	Скольжение на спине, отталкиваясь от дна, от стенки бассейна. Совершенствовать работу рук кролем на груди, на спине, продолжать согласовывать работу рук, ног с дыханием. Развивать общую	1	Игровое занятие

		<p>выносливость. Выполнение упражнений «группировка», «фламинго», «вращение вперед», «вращение назад», «винт-вращение», «прогнувшись», «согнув колени», «круг».</p>		
Январь	«Сухое плавание» Плавание способом «дельфин», повороты	<p>Игры со скольжением и плаванием: «Буксир», «Караси и карпы», «Кто лучше?», «Торпеда», «Прыжок дельфина», «Зеркало», «Море волнуется». Игры – эстафеты: «Быстрая стрела», «Перевези игрушку», «Гонка катеров». Разучить технику движения ног дельфином, совершенствовать технику плавания кролем с полной координацией рук и ног, развивать общую выносливость.</p>	1	Спортивный праздник на воде «Веселые старты»
Февраль	«Сухое плавание» Спортивные соревнования	<p>Совершенствовать технику плавания кролем на груди и спине с полной координацией работой рук и ног. Развивать силовые качества. Умение менять направление (вперед, назад, влево,</p>	1	Игровое занятие

		вправо) при плавании по сигналу (свистку, хлопку) и умение переворачиваться со спины на грудь и наоборот. Сбор предметов со дна (тонущие игрушки, кристаллы), количество предметов постепенно увеличивается.		
Март	Музыкально-ритмическая композиция на воде «Волшебный цветок». «Белые кораблики», на муз. А. Петрова «Утро», «Голубая вода».	Учить детей выполнять музыкально ритмические композиции в воде синхронно. Развивать координацию движений, выносливость. Развивать дыхательную мускулатуру. Учить детей держаться на воде, ориентироваться в пространстве.	1	Развлечение на музыкальном материале
Апрель	Аквааэробика Ритмическая композиция "Капелька-пружинка»	Учить детей плавать в парах, упражнять ныряние с задержкой дыхания, максимальным проныриванием под водой. Развивать координацию движений, силу, выносливость. Воспитывать смелость.	1	Занятие на музыкальном материале
Май	Игры с элементами водных видов спорта: «Пушбол», «Забавные	Совершенствовать согласование дыхания с работой рук и ног при плавании кролем на груди, кролем на спине, дельфином.	1	Мини – соревнование по плаванию Контрольное занятие

	упражнения», «Циркачи», «Фонтаны», «Утки – нырки» и др. «Раз, два, три – за мной повтори», «Озорные лягушата», «Веселая игра»			для родителей «Умею плавать»
--	--	--	--	---------------------------------------

## 2.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
«Физическое развитие»./плавание	Наблюдение Анализ продуктов детской деятельности	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

## III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.

### 3.1 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

В дошкольном образовательном учреждении созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

1. Возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;
2. выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в [СП 2.4.3648-20](#), [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. N 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный N 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), [СанПиН 1.2.3685-21](#):  
- к условиям размещения организаций, осуществляющих

образовательную деятельность;

- оборудованию и содержанию территории;
- помещениям, их оборудованию и содержанию;
- естественному и искусственному освещению помещений;
- отоплению и вентиляции;
- водоснабжению и канализации;
- организации питания;
- медицинскому обеспечению;
- приему детей в организации, осуществляющих образовательную

деятельность;

- организации режима дня;
- организации физического воспитания;
- личной гигиене персонала;

3) выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;

4) выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников;

5) возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры образовательного учреждения

Дошкольное образовательное учреждение оснащено полным набором оборудования для различных видов детской деятельности в помещении и на участке, игровыми и физкультурными площадками, озелененной территорией.

Плавательный бассейн	Рекомендованное количество оборудования		Инвентарная	Вариативная
	Ед.изм.	Кол.-во		
<i>Раздевалка</i>	шт.			
Зеркало травмобезопасное	шт.	1	+	
Комплект ковриков резиновых, «дорожки»	шт.	1	+	
Сиситема хранения вещей обучающихся со скамьей в комплекте	шт.	2	+	
Стенд информационный	шт.	1	+	
Фен	шт.	2	+	
<i>Основное оборудование</i>	шт.		+	
Доска для плавания	шт.	12	+	
Колобашка для плавания	шт.	12	+	
Комплект тонущих игрушек	шт.	4	+	
Круг спасательный детский	шт.	2	+	
Круг спасательный детский	шт.	2	+	

облегченный				
Круги для плавания	шт.	12	+	
Ласты детские	шт.	12	+	
Лопатки для плавания	шт.	12	+	
Набор плавающих игрушек	шт.	4		+
Набор подводных обручей с утяжелителем	шт.	4	+	
Набор тонущих игрушек	шт.	2	+	
Нарукавники для плавания	шт.	12	+	
Очки для плавания	шт.	12	+	
Палка-трубка	шт.	8	+	
Плавающий обруч	шт.	6	+	
Пояс для обучения плаванию	шт.	10		+
Разделительная дорожка	шт.	2	+	
Свисток	шт.	2	+	
Секундамер электронный	шт.	2	+	
Термометр для воды	шт.	1	+	
Термометр комнатный	шт.	1	+	
Шест инструктора	шт.	1	+	
Шест спасательный	шт.	1	+	
<i>Кабинет инструктора/ воспитателя физической культуры (бассейн)</i>				
Компьютер педагога с периферией/ноутбук (лицензионное программное обеспечение, программное обеспечение)	шт.	1	+	
Кресло педагога	шт.	1	+	
Многофункциональное устройство/Принтер	шт.	1	+	
Стол педагога	шт.	1	+	
Шкаф для одежды	шт.	1	+	
<i>Снарядная</i>	шт.		+	
Аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи ( в соответствии с приказом №822н)	шт.	1	+	
Стеллаж для инвентаря	шт.	1	+	
Часы с пульсометром и шагомером	шт.	1	+	

### 3.2. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

<b>Образовательная область, направление образовательной деятельности</b>	<b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b>
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.</li> <li>➤ Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду:</li> </ul>

Старшая группа (5-6 лет).

- Т.И.Осокина «Как научить детей плавать» М. «Просвещение»1985г.
- А.А.Чеменева,Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» ООО «Изд.-во «Детство-пресс»,2011
- А.Ю.Патрикеев «Игры с водой и в воде» Изд.-во «Учитель»2014г.
- Учебно-методическое пособие по программе А.И.Буренина «Ритмическая Мозаика» СПб, 1994г.
- Учебно-методическое пособие по программе А.Г.Назаровой «Игровой стретчинг» 1994г.
- Учебно-методическое пособие Ж.Е.Фирилева,Е.Г.Сайкина «Са-Фи-Дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей Спб, «Детство пресс» 2000г.
- Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
- Наглядно-дидактические пособия Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»
- Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».
- Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».
- Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».
- Жданкина Е.Ф. «Игры и развлечения на воде, применяемые при обучении элементам синхронного плавания детей старшей и подготовительной группы в дошкольном образовательном учреждении»/ под ред. ЧудиновскихА.В. - ГОУВПОУГТУ-УПИ, Екатеринбург, 2006
- КирилловаЮ.А. « Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет» - СПб.: - «ДЕТСТВО \_ ПРЕСС», 2013
- Макаренко Л.П. «Плавание» - М.: Физкультура и спорт, 1979
- Патрикеев А.Ю. Игры с водой и на воде.- Волгоград:

	<p>Учитель: ИП Гринин Л.Е., 2014</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2014.</li> <li>➤ Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.-М.: Мозаика-Синтез, 2009-2014.</li> <li>➤ Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.</li> <li>➤ Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.</li> <li>➤ Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.</li> <li>➤ Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.</li> <li>➤ Консультативный материала для родителей;</li> <li>➤ Консультативный материала для воспитателей;</li> <li>➤ Материалы из опыта работы</li> <li>➤ Картотека: комплексы игр, специальных упражнений, общеразвивающих упражнений, логоритмических упражнений.</li> </ul>
--	--

### 3.3. Учебный план образовательной деятельности

#### Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы на занятиях по плаванию

(в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21)

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день	Продолжительность одного занятия	Количество образовательных занятий <u>в неделю</u>	Количество образовательных занятий <u>в год</u>	Перерывы между занятиями
не превышает 25 минут	25 минут	1	36	не менее 10 минут

### 3.4. Расписание образовательной деятельности (или как приложение к рабочей программе)

#### Сетка занятий на 2023-2024 учебный год.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		3 группа 8.50 -9.15 9.25. -9.50 10.00-10.25	Санитарный день	

### 3.5. Режим дня воспитанников старшей группы (холодный период)

#### Режим дня старшей группы № 3 «Сказка» (5-6 лет)

#### (холодный период)

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям.	9.00-9.15
Занятия(включая гимнастику в процессе занятия-2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15-10.15
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.15-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность. (общая длительность,	16.00-17.00

включая перерывы)	
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	17.00- 18.30 До 19.00

### 3.7 Календарный учебный график

01.09.2023	« День знаний»
04.09.2023 - 08.09.2023	Адаптация детей к условиям ДООУ. Вводная диагностика.
11.09.2023 - 20.10.2023	Учебная НОД
23.10.2023 - 27.10.2023	Дни психолого-эмоциональной разгрузки
30.10.2023 - 22.12.2023	Учебная НОД
25.12.2023 - 08.01.2024	Дни психолого-эмоциональной разгрузки
09.01.2024 - 22.03.2024	Учебная НОД
25.03.2024 - 29.03.2024	Дни психолого-эмоциональной разгрузки
01.04.2024- 24.05.2024	Учебная НОД
27.05.2024 – 31.05.2024	Итоговая диагностика
31.05.2024	Подведение итогов учебного года. Педагогический час.
01.06.2024 - 30.08.2024	Летняя оздоровительная работа







