

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете
МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад №123»
протокол № 2
от «12 » сентября 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ
МО г. Краснодар
«Детский сад №123»

М.Ю. Анистратенко
Приказ № 152
от «12» сентября 2022 г

**ИЗМЕНЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения муниципального
образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 123»
с учетом парциальной Программы раннего физического развития**

**Краснодар
2022г.**

I. Целевой раздел

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

1.1. Пояснительная записка.

Парциальная программа раннего физического развития детей дошкольного возраста / Р.Н. Медведева, О.А. Двейрина, С.И.Петров, В.С. Терехин, В.В. Кожевникова.

Цели и задачи Программы раннего физического развития

Основная цель программы – методическое обеспечение организации и реализации процесса раннего физического развития детей дошкольного возраста посредством целенаправленного многолетнего воздействия на организм средствами физической культуры, создание у детей устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Задачи:

- сохранять и укреплять здоровье детей;*
- формировать привычку к здоровому образу жизни;*
- осуществлять профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;*
- формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности;*
- прививать культурно-гигиенические навыки;*
- оздоравливать организм посредством формирования навыка правильного дыхания;*
- способствовать формированию психологического здоровья у дошкольников;*
- способствовать осознанию и осмыслению собственного «я», преодолению барьеров в общении, формированию коммуникативных навыков;*
- развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками, чувствами;*
- гармонизировать физическое развитие детей;*
- совершенствовать двигательные навыки и физические качества;*
- повышать функциональные резервы систем организма;*
- улучшать общую физическую работоспособность;*
- повышать неспецифическую сопротивляемость;*
- воспитывать и закреплять навыки правильной осанки.*

Принципы и подходы при формировании Программы раннего физического развития

https://firo.ranepa.ru/files/docs/do/navigator_obraz_programm/PARCIALNAYA_PR_OGRAMMA_RANNEGO_FIZICHESKOGO_RAZVITIYA_DETEJ_DOSHKOLNOGO_VOZRATA.pdf (стр.5-7).

Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристика особенностей развития детей дошкольноговозраста
https://firo.ranepa.ru/files/docs/do/navigator_obraz_programm/PARCIALNAYA_PR_OGRAMMA_RANNEGO_FIZICHESKOGO_RAZVITIYA_DETEJ_DOSHKOLNOGO_VOZRATA.pdf (стр.7-11)

Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования

Требования ФГОС ДО к результатам освоения Программы

представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров. В Программе раннего физического развития они разработаны в соответствии с требованиями ФГОС ДО к освоению образовательной области «Физическое развитие».

Результаты физического развития в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними;
- эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр).

Целевые ориентиры физического развития на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, в том числе двигательной;
- способен выбирать себе род занятий, участников по подвижным играм;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к двигательной активности;
- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных подвижных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других;
- адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты во время подвижных игр;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в двигательной деятельности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив,

владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в двигательной деятельности;

- может соблюдать правила безопасного поведения во время физических упражнений и подвижных игр, правила личной гигиены;

- осознает пользу занятий физической культурой, ее роль в сохранении и укреплении здоровья;

- осознает необходимость здорового образа жизни, стремится к нему;

- владеет гимнастическими упражнениями;

- у ребенка сформировано целостное восприятие своих потенциальных возможностей.

Основными показателями эффективности освоения Программы являются:

- снижение показателей заболеваемости детей;

- повышение показателей развития физических качеств;

- устойчивые показатели психоэмоционального благополучия детей.

При реализации Программы предусмотрена педагогическая диагностика (мониторинг) физического развития и сформированности двигательных навыков детей. Согласно ФГОС ДО, такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции

особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

II. Содержательный раздел

Описание образовательной деятельности по физическому развитию детей дошкольного возраста. Виды подготовки по программе раннего физического развития детей

Программа раннего физического развития детей включает в себя следующие виды подготовки: физическую, техническую (базовые навыки универсального характера), психологическую, теоретическую.

Физическая подготовка – это организованный процесс, который направлен на:

- всестороннее развитие организма занимающихся;

- укрепление опорно-связочного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

- совершенствование деятельности вегетативной и центральной нервной систем;

- укрепление здоровья и повышение работоспособности;

- развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения техники

прикладных упражнений, базовых видов спорта и исполнение их с требуемым качеством: амплитудой, скоростью, силой и др.

Техническая подготовка предполагает освоение и совершенствование техники двигательных действий, характерных для конкретного вида двигательной деятельности, включенного в программу раннего физического развития.

Психологическая подготовка направлена на:

- формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание волевых качеств при преодолении повышающейся нагрузки;
- аутогенную, идеомоторную, психомышечную тренировку;
- совершенствование быстроты реагирования;
- совершенствование специальных умений и навыков;
- регулирование психологической напряженности в стрессовых ситуациях; выработку толерантности к эмоциональному стрессу.

Теоретическая подготовка направлена на привитие интереса к занятиям физической культурой, формирование культуры здорового образа жизни, умений применять полученные знания в жизни.

Средства и методы Программы раннего физического развития детей

Общеразвивающие упражнения

Общеразвивающие упражнения – это движения отдельными частями тела или сочетания таких движений. Они просты по своей структуре и не требуют продолжительного разучивания. С их помощью можно оказывать разностороннее воздействие на организм занимающихся: развивать двигательные способности, формировать правильную осанку.

Общеразвивающие упражнения позволяют оказывать относительно избирательное воздействие на отдельные группы мышц, регулировать физическую нагрузку, которая зависит от характера упражнений, их количества в одном занятии и интенсивности мышечного напряжения, с которым они выполняются.

Общеразвивающие упражнения выполняются без предметов, с предметами (палки, мячи, скакалки, гантели, обручи и др.), с использованием гимнастического оборудования (гимнастическая стенка, скамейка).

Строевые упражнения

Строевые упражнения являются не только средством организации занимающихся и целесообразного их размещения на площадке, но и способствуют формированию правильной осанки, развивают глазомер, чувство ритма и темпа, формируют навыки коллективных действий, поднимают эмоциональное состояние детей дошкольного возраста, могут служить средством снижения физической нагрузки.

В этот вид упражнений входят:

- а) элементы строя на месте и в движении;
- б) передвижения;
- в) построения и перестроения по разметкам (для размыкания).

Прикладные упражнения

Прикладные упражнения представляют собой естественные способы передвижения людей; движения, которые непосредственно используются в

трудовой деятельности и в быту. К ним относятся упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании и ловле, лазании, перелезании и переползании, равновесии, преодолении препятствий.

Прикладные упражнения применяются в качестве необходимого дополнения к специальным формам ходьбы, бега, равновесия, прыжка, позволяющим осуществлять более разностороннюю физическую подготовку. Одновременно с усвоением ряда ценнейших жизненно необходимых навыков прикладные упражнения воспитывают у занимающихся ряд качеств, помогающих им быстрее овладеть умениями самообслуживания и жизнеобеспечения.

Музыкальная ритмическая гимнастика.

Это прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания. Регулярные занятия повышают функциональные возможности сердечно-сосудистой системы, активизируют обменные процессы, способствуют другим благоприятным изменениям, повышающим дееспособность человека. Ритмическая гимнастика – еще и прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания. Во время занятий осваиваются выразительные движения, формируются представления о прекрасном в движении. С ее помощью можно повысить умственную и физическую работоспособность, улучшить самочувствие.

Ритмическая гимнастика – одна из разновидностей оздоровительно-развивающего направления в гимнастике. Основным ее содержанием являются движения руками, ногами, туловищем, головой, комбинированные упражнения.

Широко используются беговые и прыжковые упражнения с разнообразными движениями различных звеньев тела. Особую эмоциональность и привлекательность занятиям придают элементы хореографии и танцевальные движения, которые нередко используются в виде тематических двигательных миниатюр. Для усиления направленности воздействия упражнений пригодны самые разнообразные средства, в том числе и обычные предметы – мяч, шарф, скакалка, лента, полотенце и т. д. По своему содержанию и используемым средствам ритмическая гимнастика своеобразный синтез гимнастики и йоги, классического балета и акробатики, народного танца и диско. Однако при любом соотношении используемых средств гимнастика является основой и доминирующей частью занятий.

Направленность гимнастики – оздоровительно-развивающая. Это ощущается и в сохранении классической для системы физического воспитания структуры построения урока, и в использовании разнообразных средств с акцентом на такие, которые обеспечивают разностороннее развитие и устойчивый интерес занимающихся. Особенность отечественной системы ритмической гимнастики заключается в тщательном подборе упражнений, позволяющих корректировать развитие и физическую подготовленность детей, и, конечно же, в твердо выдерживаемых принципах упражнения нагрузками, индивидуализации их в соответствии с возрастнополовыми признаками, состоянием здоровья.

Подвижные игры, игровые задания

Ведущая роль в развитии ребенка принадлежит игре. Игровое моделирование реальности проецируется на все виды активности в дошкольном детстве, придавая этому жизненному периоду неповторимое своеобразие.

В процессе игры формируются психологические механизмы (навыки, умения, способности, способы деятельности) для овладения детьми другими видами деятельности, расширяется жизненный опыт детей. Именно игра является той деятельностью, которая позволяет разрешить противоречие между желаниями, потребностями детей дошкольного возраста и их возможностями.

Характерная черта детской игры состоит в том, что она дает возможность ребенку выполнить то или иное действие при отсутствии условий реального достижения его результатов, поскольку мотив деятельности заключен не в получении конкретного результата, а в самом процессе ее выполнения. То есть действие, воспроизводимое в игре, и фактически выполняемая операция сами по себе являются реальными, но наблюдается несовпадение содержания действия (например, вождение автомобиля) и его операций (движения, имитирующие управление машиной). Это приводит к тому, что ребенок начинает выполнять игровое действие в воображаемой ситуации, для которой характерен перенос значений с одного предмета на другой и действий, воссоздающих реальные действия того или иного персонажа. Таким образом, суть игры состоит в том, что в ней ребенок оперирует значениями, оторванными от вещей и явлений, опираясь при этом на реальные действия.

Преимущество игры перед другими средствами физического воспитания заключается в эмоциональной насыщенности в ней действий, придающих ей особую привлекательность, мобилизующих силы детей, доставляющих радость и удовлетворение; в использовании разнообразных по характеру движений, устраняющих утомление; в возможности регулирования самими детьми темпа движений; в проявлении личной инициативы. Применение творческих игр и ассоциативных заданий на занятиях оздоровительной гимнастикой с детьми старшего дошкольного возраста получило также широкое распространение и как метод решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач.

Сущность игрового метода заключается в том, что двигательная деятельность занимающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры. В самом широком смысле игра как метод обучения и воспитания представляет собой способ организации познавательной деятельности детей, развития их способностей.

Ярко выраженная в игре деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функции коры головного мозга, образования временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов. Это положительно сказывается на овладении занимающимися как отдельными техническими приемами, так и всем действием в целом. Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углубленном изучении движений, облегчают овладение ими. Игровой

метод особенно рекомендуется использовать на начальном и заключительном этапах обучения двигательным действиям.

Игровой метод в сочетании с педагогическими средствами на занятиях оздоровительной физической культурой дает возможность комплексно формировать двигательные умения и навыки и развивать двигательные способности.

В работе используются различные типы фольклорных физкультурных занятий, такие как:

-двигательно-творческие, сюжетно-физкультурные, театрализованные физкультурные, музыкально-ритмические, игровые физкультурные, познавательные занятия, интегрированные.

2.5 Взаимодействие с семьями воспитанников и развитие у детей инициативности

Важным аспектом воспитательно-образовательной работы с детьми в Организации является взаимодействие с семьями воспитанников. Такое сотрудничество полезно не только для информирования родителей об успехах и трудностях детей, диагностики их развития, но и для двустороннего, комплементарного воздействия на детей.

В рамках программы раннего физического развития взаимодействие с родителями имеет два аспекта: узкоспециализированное, по вопросам спортивных занятий, и широконаправленное, связанное с формированием качества личности, которое играет ключевую роль в позитивной социализации ребенка, – инициативности. В рамках программы внимание акцентируется на развитии двигательной инициативы (активности).

Система взаимодействия с родителями включает:

- формирование знаний по ЗОЖ;
- организация индивидуальных консультаций;
- знакомство с комплексами упражнений, которые родители могут выполнять вместе с ребенком;
- знакомство с условиями и правилами поведения спортсменами, на стадионе, игровой площадке; использования спортивного оборудования; с техникой безопасности;
- информирование о важности формирования у ребенка устойчивой мотивации занятием спортом, о роли семьи в адаптации ребенка к требованиям спортивной деятельности;
- организация открытых занятий, которые могут проходить в форме отчета о проделанной работе перед родителями и администрацией организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Основные направления взаимодействия с семьёй	Основные формы взаимодействия с семьёй
Информирование	- - конференции - консультации -открытые занятия -индивидуальные консультации <u>Опосредованный обмен информацией:</u> - газеты, журналы, буклеты - официальный сайт

	Организации - информационный стенды
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	- родительские собрания (групповые, общие) - - мастер-классы - спортивный клуб «Будь здоров!»
Совместная деятельность педагогов, родителей и детей	- совместные занятия - реализация фмзкультурно-оздоровительных проектов - Дни спорта, Неделя здоровья Музыкально-спортивные праздники, досуги - посещение спортивных мероприятий в рамках работы клуба «Мы болеем за Кубань!»

III. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение ОП.

Учебно-методическое обеспечение Программы

В учебно-методический комплект Программы входят следующие пособия:

1. Мониторинг индивидуального физического развития детей 3–7 лет / под общ. ред. Р. Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022.

2. Проектирование физкультурно-оздоровительной работы с детьми 3–7 лет/ под общ. ред. Р. Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022.

3. Подвижные игры и упражнения для детей дошкольного возраста / под общ. ред. Р. Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022.

4. Формирование основ здорового питания у детей 3–7 лет / под общ. ред. Р.Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022.

5. Отбор и сопровождение спортивно одаренных детей / под общ. ред. Р. Н.Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022.

6. Дидактические наглядные материалы по темам теоретической подготовки.

7. Методические рекомендации по применению АПК «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ».

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

https://firo.ranepa.ru/files/docs/do/navigator_obraz_programm/PARCIALNAY_A_PROGRAMMA_RANNEGO_FIZICHESKOGO_RAZVITIYA_DETEJ_DO_SHKOLNOGO_VOZRASTA.pdf (стр.34-36).

Планирование процесса физического развития

Образовательные задачи решаются в ходе:

- образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов;
- совместной деятельности взрослого и детей;
- самостоятельной деятельности детей;
- в процессе взаимодействия с семьями воспитанников.