

Российская Федерация
Ханты-Мансийский автономный округ - Югра
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«ДЕТСКИЙ САД №2 «РЯБИНКА»
(МАДОУ «ДС №2 «РЯБИНКА»)

Индекс 628684, Ханты-Мансийский
автономный округ – Югра, город Мегион,
улица Заречная, дом 19/4
Тел. 8(34643)3-01-32

ИНН 8605014733
КПП 860501001
р/с 03234643718730008700
ОГРН 1028601357113
E – mail: dou_ryabinka@mail.ru

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
(протокол от 25.08.2023 №1)

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ «ДС №2 «Рябинка»
(приказ от 25.08.2023 №460-о)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С 3 ДО 7 ЛЕТ
МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ «ДЕТСКИЙ САД №2 «РЯБИНКА»

- на основе ФГОС ДО (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный номер 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября 2022 г. № 955).
- на основе ФОП ДО (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.22.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрирован 28.12.2022 №71847)

Разработчик:

- Инструктор по физической культуре
Семёнова Ольга Николаевна

2023-2024 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ		4
II. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		6
2.1.	Пояснительная записка	6
2.2.	Планируемые результаты реализации Программы	8
2.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	12
III. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		14
3.1.	Задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие»	14
3.2.	Вариативные формы, методы и средства реализации Программы	40
3.3.	Применяемые образовательные технологии	44
3.4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	48
3.5.	Способы и направления поддержки детской инициативы	52
3.6.	Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся	54
3.7.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	58
3.8.	Рабочая программа воспитания	64
3.8.1.	Пояснительная записка	64
3.8.2.	Целевой раздел Программы воспитания	65
3.8.2.1.	Цели и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития	65
3.8.2.2.	Направления воспитания	66
3.8.2.3.	Целевые ориентиры воспитания	70
3.8.3.	Содержательный раздел Программы воспитания	72
3.8.3.1.	Уклад образовательной организации	72
3.8.3.2.	Воспитывающая среда образовательной организации	73
3.8.3.3.	Общности образовательной организации	74
3.8.3.4.	Задачи воспитания в образовательных областях	76
3.8.3.5.	Формы совместной деятельности в образовательной организации	79
3.8.3.6.	Организация предметно-пространственной среды	82
3.8.3.7.	Социальное партнерство	85
3.8.4.	Организационный раздел Программы воспитания	87
3.8.4.1.	Кадровое обеспечение	87

3.8.4.2.	Нормативно-методическое обеспечение	88
3.8.4.3.	Требования к условиям работы с особыми категориями детей	90
IV. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		91
4.1.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	91
4.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	92
4.3.	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	94
4.4.	Кадровые условия реализации Программы	101
4.5.	Организация образовательного процесса	105
4.6.	Календарный план воспитательной работы	108
4.7	Перспективное планирование образовательной деятельности по физическому воспитанию в группах от 3 до 7 лет	114
V. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ		174
ПРИЛОЖЕНИЕ. Определение уровня физической подготовленности дошкольников		176

I. Общие положения

Рабочая программа раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей дошкольного возраста (от трёх до семи лет) по образовательной области «Физическое развитие», в МАДОУ «ДС№2 «Рябинка» (далее - ДОО).

Программа разработана в соответствии с Федеральной программой дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022), (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», (ред. от 28.04.2023).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в дошкольном возрасте (от трёх до семи лет), а также на этапе завершения освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Содержательный раздел включает задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие».

В нем представлено описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Включены образовательные технологии, способствующие оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Указаны особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, а также способы поддержки детской инициативы в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Показаны особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся. Даны направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

В содержательный раздел Программы входит рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы в рамках ОО «Физическое развитие», предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы, организацию развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале и в группах детского сада, материально-техническое и методическое обеспечение.

Представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Дополнительным разделом Программы является текст её краткой презентации.

В Приложении указан диагностический инструментарий для определения уровня физической подготовленности дошкольников.

Программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 3 до 7-ми лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

II. Целевой раздел Программы

2.1. Пояснительная записка

Содержание Программы направлено на реализацию целей и задач:

Цель Программы:	
Оздоровление и физическое развитие детей младенческого, раннего и дошкольного возраста в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка.	
Основные задачи:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей. 2. Формировать умение качественно выполнять основные виды движений и общеразвивающие упражнения. 3. Формировать начальные представления о видах спорта. 4. Развивать физические качества дошкольников. 5. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. 6. Формировать ценности здорового образа жизни, его элементарные нормы и правила: в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек. 	
Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с дошкольниками	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Обогащать двигательный опыт дошкольников с учетом национальных и социокультурных условий. 2. Приобщать детей к подвижным играм народов, живущих в регионе. 3. Познакомить с известными спортсменами-земляками, популярными в регионе видами спорта, спортивными традициями и достижениями родного края. 4. Формировать знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий. 5. Вовлекать в физкультурно-оздоровительную деятельность регионального содержания. 6. Воспитывать уважение и любовь к своей малой Родине. 	
Интеграция задач ОО «Физическое развитие» с другими образовательными областями	
Образовательная область	Задачи

Речевое развитие	Во время подвижных игр дети овладевают речью, как средством общения и культуры, происходит развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха
Социально-коммуникативное развитие	Во время занятий в физкультурном зале и на улице дети учатся взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, усваивают нормы и ценности, принятые в обществе, обучаются самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции, учатся отзывчивости и сопереживанию, формируют уважительное отношение и чувство принадлежности к своей семье, к обществу, формируют основы безопасного поведения, формируют готовность к совместной деятельности со сверстниками.
Познавательное развитие	Во время совместной деятельности при занятиях спортом и подвижных играх у детей формируются интересы любознательности и познавательной мотивации, формируются познавательные действия, воображение и творческая активность. Формируются первоначальные представления о себе, других людях, объектах окружающего мира.
Художественно-эстетическое развитие	Занимаясь физическими упражнениями под музыку, у детей формируется эстетическое отношение к окружающему миру, восприятие музыки, фольклора. Реализуется самостоятельная творческая деятельность.

Принципы дошкольного образования

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 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 (далее вместе – взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;

- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

2.2. Планируемые результаты реализации Программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы в образовательной области «Физическое развитие» представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

В соответствии с периодизацией психического развития ребёнка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов.

По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Планируемые результаты по ФОП

Планируемые результаты в дошкольном возрасте

К четырем годам	К пяти годам
<ul style="list-style-type: none"> - ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм; - ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку; - ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; - ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье; - ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей; - ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности; - ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность; - ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; - ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации; - ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников; - ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки; - ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу.
К шести годам	Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста):
- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в	- у ребёнка сформированы основные психофизические и

<p>двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха; - ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений; - ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; - ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов; - ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих; - ребёнок 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; - ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре; - ребёнок проявляет интерес к игровому 	<p>нравственно-волевые качества;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими; - ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; - ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности; - ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; - ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта; - ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; - ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям; - ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками; - ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; - ребёнок проявляет интерес к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и
--	---

экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.	<p>правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;</p> <p>- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.</p>
---	--

**Планируемые результаты с учетом специфики региональных условий,
в которых осуществляется образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие»**

Планируемые результаты освоения регионального содержания

1. Сформированы знания о спортивных традициях, праздниках и достижениях родного края.
2. Дети знакомы с подвижными народными играми народов, проживающих в регионе.
3. Сформированы знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.
4. Развиты физические качества детей с учетом специфики национальных и социокультурных условий.
5. Дети с удовольствием принимают участие в различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях регионального характера.
6. Развито чувство сопричастности к спортивным достижениям уроженцев своего края.
7. Сформировано эмоционально-ценностное отношение к семье, к родному городу (поселку), к культуре и традициям малой Родины.

2.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации

Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется инструктором по физкультуре в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Диагностика физического развития проводится два раза в год (в сентябре и мае) на основе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно (источник). Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить её самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит инструктору по физкультуре выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную двигательную деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

Диагностика здоровья и физического развития дошкольников

Направление диагностики	Название диагностических методик	Сроки	Ответственные
Физическое развитие	Диагностика педагогического процесса по возрастам. Источник: Н.В. Верещагина. Диагностический инструментарий И.И. Малозёмовой. (См. ПРИЛОЖЕНИЕ). Источник: Малозёмова, И. И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов / И. И. Малозёмова; Урал. гос. пед. ун-т. - Электрон.дан. - Екатеринбург: [б. и.], 2018.	Сентябрь, май	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели, медицинская сестра
Анализ динамики соматического здоровья (относительно начального диагноза)	Анализ заболеваемости. Справки о медицинском осмотре врачами-специалистами Анализ результатов работы по технологии БОС-здоровье	Сентябрь, май	Врач-педиатр, медицинская сестра

III. Содержательный раздел Программы

3.1. Задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие»

Программа определяет задачи и содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие», предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от трёх до семи лет.

От 3 лет до 4 лет	
Основные задачи	Содержание образовательной деятельности
обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-	Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального

<p>ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.</p>	<p>состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.</p> <p>Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;</p> <p>ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;</p>
--	---

	<p>бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;</p> <p>прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;</p> <p>музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный</p>
--	---

детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

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

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

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

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

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

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

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

Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

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

	<p>друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p> <p>5) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.</p> <p>Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.</p>
От 4 лет до 5 лет	
Основные задачи	Содержание образовательной деятельности
<p>обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p>формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;</p> <p>воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;</p> <p>продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах</p>	<p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после</p>

<p>спорта; укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м; ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком; ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной); бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием; прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;</p>
---	---

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

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

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

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

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

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

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

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим

	<p>шагом» и «полуёлочкой».</p> <p>Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p> <p>4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p> <p>5) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>
От 5 лет до 6 лет	
Основные задачи	Содержание образовательной деятельности
обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной	Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими

<p>деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;</p> <p>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;</p> <p>воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p>укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p>ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен,</p>
---	--

<p>здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>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;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;</p> <p>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; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;</p> <p>прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».</p> <p>Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p>
--	---

	<p>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; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;</p> <p>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;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.</p> <p>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.</p> <p>Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика:</p> <p>музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп,</p>
--	--

боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

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

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

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и 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.

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

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

	<p>упрощенным правилам.</p> <p>Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p> <p>Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.</p> <p>4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.</p> <p>Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.</p> <p>Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.</p> <p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.</p> <p>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.</p> <p>5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, 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 спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе</p>
--	--

	<p>туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).</p> <p>б) Активный отдых.</p> <p>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.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p> <p>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.</p>
От 6 лет до 7 лет	
Основные задачи	Содержание образовательной деятельности
обогащать двигательный опыт детей с	Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений,

<p>помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p>сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>воспитывать бережное, заботливое отношение</p>	<p>развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и</p>
--	---

<p>к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>	<p>назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту; ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;</p> <p>прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; выпрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед</p>
---	--

сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качество выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое).

	<p>Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.</p> <p>Строевые упражнения: педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.</p> <p>2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.</p> <p>Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает</p>
--	---

воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовнонравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

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

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

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

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

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

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

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

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

	<p>особенностей.</p> <p>Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.</p> <p>Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».</p> <p>Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.</p> <p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.</p> <p>Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.</p> <p>5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (саньный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.</p> <p>б) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают</p>
--	--

	<p>сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p> <p>Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.</p> <p>Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.</p> <p>Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.</p> <p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.</p> <p>Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.</p>
--	--

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

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

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

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

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

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

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

3.1. Вариативные формы, методы и средства реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы инструктор по физкультуре определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

Формы реализации Программы

В дошкольном возрасте (3 года -7 лет):

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, дидактическая, подвижная и др.);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные игры и элементы спортивных игр и другие).

Методы реализации Программы

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, инструктор по физкультуре учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения в детском саду используется комплекс методов.

Методы воспитания и обучения по ФОП

Для достижения задач воспитания	При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:
<p>1. Метод организации опыта поведения и деятельности: приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы.</p> <p>2. Метод осознания детьми опыта поведения и деятельности: рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример.</p> <p>3. Метод мотивации опыта поведения и деятельности: поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы.</p>	<p>1. При использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения: распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение.</p> <p>2. Репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением: упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель.</p> <p>3. Метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.</p> <p>4. При применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети: применение представлений в новых условиях.</p> <p>5. Исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования.</p> <p>6. Метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое.</p>

Специальные методы физического обучения:

Метод	Содержание
1. Модельный метод обучения	Обучение ребенка происходит по определённой модели: объяснение-показ-выполнение-коррекция-выполнение-автоматизация.
2. Соревновательный метод	Метод способствует практическому освоению основных видов движений и общеразвивающих движений.
3. Метод круговой тренировки	Метод подразумевает выполнение нескольких видов физических упражнений сериями, по кругу. Характеризуется последовательным выполнением упражнений в процессе прохождения «станций», расположенных по кругу. Благодаря этому в работу последовательно включаются все группы мышц.
4. Метод проблемного обучения движениям	Состоит в том, что в двигательную деятельность ребенка вносится проблемная ситуация. Это делает обучение более интересным и увлекательным.
5. Метод строго регламентированного упражнения	Обладает большими педагогическими возможностями. Он позволяет: 1) осуществлять двигательную деятельность дошкольника по твердо предписанной программе (по подбору упражнений, их связкам, комбинациям, очередности выполнения и т.д.); 2) строго регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния ребенка и решаемых задач; 3) точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки; 4) избирательно развивать физические качества; 5) эффективно осваивать технику физических упражнений.
6. Метод творческих физических заданий	Благодаря творческим заданиям ребенок придумывает комбинации физических движений, варианты подвижных игр, сочиняет свои новые игры.

Средства реализации Программы

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

1. Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

2. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

3. Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Они используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Вариативность форм, методов и средств реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы инструктор по физкультуре учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

3.3. Применяемые образовательные технологии

При реализации Программы, в целях совершенствования педагогического процесса, используются различные образовательные технологии.

Применение технологий позволяет решить важнейшие современные педагогические задачи:

1) осуществляется такое взаимодействие с детьми, при котором инструктор по физкультуре передает не готовые знания, а организует деятельность так, чтобы воспитанники самостоятельно узнавали что-то новое путём решения доступных проблемных ситуаций и практических заданий;

2) современные технологии в рамках развивающего обучения ориентируют на потенциальные физические возможности каждого ребёнка;

3) благодаря технологиям происходит включенность дошкольников не только в физкультурно-оздоровительную, но и в активную речевую, познавательную, художественно-эстетическую деятельность.

В Программе применяется комплекс технологий:

1. Технология «Развивающая педагогика оздоровления».
2. Технология «Развитие физических качеств посредством игры».
3. Технология «Двигательный игротренинг».
4. Технология «Оздоровительная гимнастика».
5. Технология «Валеологическое воспитание».
6. Технология «Подвижные квест-игры».

Перечисленные технологии обеспечивают выполнение Программы и соответствуют принципам полноты и достаточности.

№.№	Название технологии	Цель и задачи технологии
1.	<p>Технология «Развивающая педагогика оздоровления»</p> <p>В основе технологии лежит программа В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова «Развивающая педагогика оздоровления».</p> <p>Источник: Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). - М.: Линка-Пресс, 2000.</p>	<p>Цель: формирование двигательной сферы и создание психолого-педагогических условий для физического развития детей на основе их творческой активности.</p> <hr/> <p>Задачи Средняя группа:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проблемное введение эталонов основных движений (ходьба, бег, прыжки, бросание, метание, ползание, лазание и др.) и их творческое освоение детьми. 2. Создание условий для одушевления и осмысления движений как предпосылки формирования произвольной моторики. 3. Развитие способности к эмоциональному переживанию движения как «события», к эмоциональной выразительности двигательных актов. 4. Воспитание двигательной самостоятельности. <hr/> <p>Задачи Старшая группа:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие символической функции движения, освоение языка движений. 2. Формирование способности к созданию и передаче через движение эстетических образов. 3. Развитие способности к двигательной импровизации.

		<p>4. Воспитание двигательной находчивости.</p> <p>5. Развитие у детей умения координировать действия при совместном решении творческих двигательных задач.</p> <p>Задачи Подготовительная к школе группа:</p> <p>1. Развитие способности к двигательной режиссуре (к самостоятельной разработке и воплощению проекта сложной композиции движений в заданных условиях).</p> <p>2. Развитие обобщенных представлений о мире движений и познавательных функциях движения.</p> <p>3. Формирование предпосылок двигательной рефлексии.</p> <p>4. Воспитание осмысленного ценностного отношения к движению как способу существования живого</p>
2.	<p>Технология «Развитие физических качеств посредством игры»</p> <p>В основе - игровые технологии Л.Н. Волошиной, Н.М. Елецкой, Е.В. Гавришовой Е.В.</p> <p>Источник: Волошина Л.Н., Елецкая Н.М., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – Волгоград, Учитель, 2020.</p>	<p>Цель: создание условий для физического развития, обогащения двигательного опыта, развития физических качеств через освоение детьми подвижных игр и игр с элементами спорта.</p> <p>Задачи:</p> <p>1. Сформировать у дошкольников устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>2. Сформировать навыки и стереотипы здорового образа жизни.</p> <p>3. Обогащать двигательный опыт детей новыми двигательными действиями, обучить правильной технике выполнения элементов спортивных игр.</p> <p>4. Содействовать развитию двигательных способностей.</p> <p>5. Воспитывать положительные морально-волевые качества.</p>
3.	<p>Технология «Двигательный игротренинг»</p> <p>В основе технологии – авторские разработки по коррекции движений у дошкольников</p>	<p>Цель: коррекция двигательной сферы у детей дошкольного возраста посредством различных видов фитбол-гимнастики.</p> <p>Задачи:</p> <p>1. Формировать правильную осанку</p> <p>2. Учить основным движениям с мячом: ходьбе, бегу, прыжкам, приседаниям, упражнениям</p>

	<p>посредством фитбол-гимнастики. Источник: 1. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009. 2. Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. - Волгоград: Учитель, 2013.</p>	<p>лежа на полу и на мяче. 3. Формировать навык правильного дыхания в процессе фитбол-гимнастики. 4. Формировать координацию движения и речи. 5. Развивать равновесие, координацию движений, гибкость, крупную и мелкую моторику обеих рук. 6. Содействовать развитию координационных способностей.</p>
4.	<p>Технология «Оздоровительная гимнастика» Разработана на основе методики Л.И. Пензулаевой. Источники: 1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. 2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 5-6 лет Комплексы упражнений в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2022. 3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 6-7 лет Комплексы</p>	<p>Цель: оздоровление и развитие физических качеств детей дошкольного возраста в процессе различных видов гимнастик. Задачи: 1. Создать условия для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. 2. Формировать умение выполнять упражнения общеразвивающего характера для мышц спины, плечевого пояса, живота, ног и др. 3. Способствовать выполнению основных видов движений 4. Формировать умение двигаться и выполнять упражнения совместно с действиями других детей. 5. Развивать координацию движений и умение ориентироваться в пространстве. 6. Способствовать освоению различных видов гимнастик.</p>

	упражнений в подготовительной группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2021.	
5.	<p>Технология «Валеологическое воспитание»</p> <p>В основе технологии – методические разработки Л.В. Гаврючиной по валеологическому воспитанию.</p> <p>Источник: Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. – М.: Творческий центр, 2008.</p>	<p>Цель: разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Культивировать и воспитывать у детей осмысленное отношение к физическому и духовному здоровью как единому целому. 2. Расширить адаптивные возможности детского организма (повышение его жизненной устойчивости, сопротивляемости, избирательности по отношению к внешним воздействиям). 3. Закрепить отдельные оздоровительные меры в виде константных Психосоматических состояний ребенка, которые далее могут воспроизводиться в режиме саморазвития. 4. Формировать психическую (произвольную) регуляцию жизненных функций организма путем развития творческого воображения. 5. Воспитывать у ребенка способности к самосозиданию - «творению» собственной телесной организации в приемлемых для него формах. 6. Помочь детям овладеть доступными навыками самоврачевания (психологической самокоррекцией). 7. Прививать чувство психологической взаимопомощи в экстремальных ситуациях. 8. Способствовать развитию познавательного интереса к своему и чужому телу, его возможностям.
6.	<p>Технология «Подвижные квест-игры»</p> <p>Разработана на основе практических материалов Т.Е. Харченко.</p> <p>Источник:</p>	<p>Цель: развитие физических и познавательных способностей детей дошкольного возраста посредством квест-игр.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содействовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. 2. Развивать физические качества: координацию движений, силу, общую выносливость, ловкость, гибкость, скорость, равновесие.

	Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021.	<p>3. Способствовать самостоятельному решению двигательных задач с учётом игровой ситуации.</p> <p>4. Развивать познавательную активность и умственные способности: внимание, быстроту реакции, память, воображение.</p> <p>4. Развивать интерес к решению различных заданий и проблемных ситуаций.</p> <p>5. Воспитывать взаимовыручку, навыки взаимодействия со сверстниками, умение работать в коллективе.</p>
--	---	---

3.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов физической активности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную физкультурно-оздоровительную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации задач оздоровления и физического развития дошкольников.

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, инструктор по физкультуре может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Культурные практики в совместной образовательной деятельности со взрослыми по направлениям развития и воспитания

Формы	образовательной	Количество форм совместной образовательной деятельности и культурных практик в неделю
--------------	------------------------	--

деятельности в режимных моментах	2 мл. группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
<i>Общение/ Социально-коммуникативное развитие</i>				
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального и безопасного опыта поведения	Ежедневно			
<i>Формы творческой активности, обеспечивающей духовно-нравственное и гражданско-патриотическое развитие детей</i>				
– с детьми - совместно с родителями	1 раз в неделю			
	1 раз в месяц (ресурсный круг)			
	<i>Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр</i>			
Досуг здоровья	-	1 раз в квартал		
Подвижные игры	Ежедневно			
Физкультурно-спортивное развлечение	1 раза в месяц			
Спортивный праздник	-	2 раза в год		
<i>Формы творческой активности, обеспечивающей физкультурно-оздоровительное развитие детей</i>				
Программа рекреационного туризма «Веселый рюкзачок» *			Смешарики	

Варианты совместной деятельности

№№	Содержание совместной деятельности инструктора по физкультуре и детей
1	Совместная деятельность инструктора по физкультуре с ребёнком, где он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому.

2	Совместная деятельность ребёнка с инструктором по физкультуре, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры.
3	Совместная деятельность группы детей под руководством инструктора по физкультуре, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей.
4	Совместная деятельность детей со сверстниками без участия инструктора по физкультуре, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей.

№.№	Содержание самостоятельной деятельности детей
1	Самостоятельные спортивные и подвижные игры детей.
2	Самостоятельная физкультурная деятельность по выбору детей.
3	Самостоятельная оздоровительная деятельность детей.

Организуя различные виды физкультурной деятельности (общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные и спортивные игры), педагог учитывает двигательный опыт ребёнка, его субъектные проявления, а именно:

- самостоятельность;
- творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации;
- стремление к сотрудничеству с детьми;
- инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности.

Эту информацию инструктор по физкультуре может получить в процессе наблюдения за двигательной активностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды физкультурной деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации создаются условия для свободного выбора детьми вида деятельности, оборудования, участников, для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей.

Инструктор по физкультуре использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач оздоровления и физического развития детей.

Игра занимает центральное место в жизни ребёнка. В образовательном процессе игра выступает как форма организации жизни и деятельности детей, метод или прием обучения, средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для физического развития ребёнка и становления его личности, инструктор по физкультуре максимально использует все варианты её применения в образовательном процессе: игры на развитие координационных способностей, на формирование быстроты, на формирование выносливости, на формирование силы, гибкости, народные подвижные игры и др.

Образовательная деятельность в режимных процессах имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в

соответствии с реализуемыми задачами физического воспитания, обучения и развития ребёнка.

Образовательная деятельность в режимных процессах

№№	Режимный процесс	Содержание
1	Образовательная деятельность, осуществляемая в первую половину дня	<ul style="list-style-type: none"> - игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.); - упражнения по освоению навыков культуры здоровья; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - оздоровительные и закаливающие процедуры; - здоровьесберегающие мероприятия; - утренняя гимнастика; - оздоровительная пробежка; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
2	Проведение занятий	<ul style="list-style-type: none"> - образовательные ситуации; - тематические события; - занятия в рамках проектной деятельности; - проблемно-обучающие ситуации, интегрирующие содержание образовательных областей.
3	Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки	<ul style="list-style-type: none"> - оздоровительный бег - физические упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей; - подвижные народные игры; - игры с правилами: сюжетные и бессюжетные; - игры с элементами спортивной игры (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон, городки); - подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств дошкольников; - индивидуальная работа с детьми; - проведение спортивных праздников; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
4	Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую	<ul style="list-style-type: none"> - зарядка после дневного сна; - воздушные ванны после сна;

	половину дня	<ul style="list-style-type: none"> - упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции правильной осанки; - игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.); - проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, развлечений, спортивных праздников; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
--	--------------	--

Культурные практики

Во вторую половину дня инструктор по физкультуре может организовывать **культурные практики**. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания физического воспитания и обучения ребенка. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в различных видах физкультурной деятельности, обеспечивают их эффективность.

К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив: творческая инициатива, инициатива целеполагания, познавательная инициатива, коммуникативная инициатива, игровая инициатива.

Тематику культурных практик инструктору по физкультуре помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое.

В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

Основные формы организации культурных практик по оздоровлению и физическому развитию детей

№№	Вид деятельности	Культурные практики
1.	Игровая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - игры с бегом, игры с прыжками, игры с ходьбой, игры с мячом, игры с элементами соревнований и др. - сюжетные игры; - дидактические игры по ЗОЖ;

		<ul style="list-style-type: none"> - игровой самомассаж; - народные малоподвижные и подвижные игры; - совместная игра инструктора по физкультуре и детей; - игровые ситуации в рамках ОО «Физическое развитие».
2.	Продуктивная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - мастерская по изготовлению спортивных атрибутов и пособий; - продукты детского творчества на основе знаний и впечатлений детей о ЗОЖ, физкультуре и спорте.
3.	Коммуникативная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - беседы, ситуативные разговоры о ЗОЖ, физкультуре и спорте; - речевые ситуации в физкультурной деятельности.
4.	Познавательно-исследовательская деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - творчество во всех видах физкультурной деятельности.
	Физическая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - физические упражнения; - разнообразные игры; - физкультурные досуги и развлечения; - спортивные соревнования, эстафеты, марафоны.
5.	Чтение художественной литературы	<ul style="list-style-type: none"> - чтение литературы о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни

3.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка делать физические упражнения, играть, бегать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия дошкольника как уверенность в себе, чувство защищённости, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро,

когда ребёнок приходит в детский сад, и вторая половина дня.

Любая физическая активность ребёнка может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самомассаж;
- различные виды гимнастик: пальчиковая, дыхательная, для глаз и др.;
- сюжетно-ролевые, режиссерские и дидактические игры по теме оздоровления, физкультуры и спорта;
- подвижные и малоподвижные игры;
- ритмопластика;
- самостоятельная деятельность в Центре двигательной активности в группе;
- самостоятельное просматривание фотографий, иллюстраций, альбомов, книг по физкультурно-оздоровительной тематике;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре должен учитывать следующие **условия**:

- 1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- 2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в области оздоровления и спорта, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов этой деятельности;
- 3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
- 4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- 5) создавать условия для развития произвольности в двигательной деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;
- 6) поощрять и поддерживать желание детей получить результат в физическом развитии, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
- 7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности по физкультуре, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- 8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения,

восхищения.

Эффективные ФОРМЫ поддержки детской инициативы	Традиции, сложившиеся в МАДОУ «ДС №2 «Рябинка», способствующие развитию детской инициативы (в группах)
<p>1. Совместная деятельность взрослого с детьми, основанная на поиске вариантов решения проблемной ситуации, предложенной самим ребенком</p> <p>2. Проектная деятельность</p> <p>3. Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей - опыты и экспериментирование</p> <p>4. Наблюдение и элементарный бытовой труд в центре экспериментирования</p> <p>5. Совместная деятельность взрослого и детей по преобразованию предметов рукотворного мира и живой природы</p> <p>6. Создание условий для самостоятельной деятельности детей в центрах развития.</p>	<p>«Утренний круг»</p> <p>«День рождения»</p> <p>«Время музыки» (ежедневно)</p> <p>Ребенок недели.</p> <p>Здравствуйте, мы пришли! (макет)</p> <p>День праздников и развлечений</p> <p>«Минута тишины» (отдыха) ежедневно</p> <p>Объявление меню перед едой, приглашение детей к столу и пожелание приятного аппетита.</p> <p>Новые игрушки. Представление детям новых игрушек, которые появляются в группе.</p> <p>Персональные выставки (детей, родителей, педагогов)</p> <p>Общая утренняя зарядка на улице под музыку (летний период)</p>

Особое внимание следует уделить организации **вариативной развивающей предметно-пространственной среде**: Центрам двигательной активности, ЗОЖ-студиям.

Необходимо:

- периодически менять и обновлять предметное содержание Центров;
- предлагать воспитанникам полифункциональные игры и игрушки;
- обогащать развивающую среду предметами и пособиями, которые стимулируют познавательную, эмоциональную, двигательную

деятельность детей;

- обеспечить свободный выбор детьми материала, как по его качеству, так и по количеству.

Для поддержки детской инициативы инструктору по физкультуре рекомендуется использовать ряд **способов и приемов**.

1. Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

2. У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3. Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4. Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится инструктором по физкультуре в разных видах физкультурно-оздоровительной деятельности.

5. Создание творческих ситуаций при организации различных движений способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения физкультурно-оздоровительной задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

3.6. Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся

Цели, задачи и принципы взаимодействия с родителями

Цель взаимодействия
Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах оздоровления и физического развития дошкольников.

Задачи взаимодействия

1. Оказать психолого-педагогическую поддержку родителям в оздоровлении и физическом развитии ребенка.
2. Сформировать у родителей теоретические знания и практические умения по вопросам физического воспитания и обучения детей.
3. Ознакомить родителей с содержанием работы инструктора по физкультуре ДОО.
4. Организовать поддержку образовательных инициатив семьи, способствующих физическому развитию детей и формированию у них основ здорового образа жизни.
5. Объединить усилия инструктора по физкультуре, воспитателей и родителей по реализации задач ОО «Физическое развитие» посредством совместных образовательных и досуговых мероприятий.

Принципы взаимодействия в соответствии с ФОП

- 1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;
- 2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;
- 3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- 4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;
- 5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Формы взаимодействия	Способы и средства взаимодействия
<i>Рекламный блок (пропаганда деятельности и образовательных услуг дошкольного образовательного учреждения)</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание рекламных буклетов, адресных информационных писем, популяризация деятельности МАДОУ в средствах массовой информации, на сайте образовательного учреждения. 2. Комплексное анкетирование родителей по выявлению потребностей в образовательных услугах для воспитанников. 4. Дни открытых дверей. 5. Праздники, детские утренники. 6. Благотворительные акции («Именины у Рябины»)
<i>Планирование работы с семьями воспитанников</i>	<p>Социологические исследования по определению социального статуса и микроклимата семьи: анкеты для родителей, беседы с детьми, изучение рисунков детей по теме «Наша семья» (метод социометрии в рамках семьи), <i>посещение на дому</i>.</p> <p>Выявление образовательных потребностей семей воспитанников, уровня осведомленности родителей (законных представителей) воспитанников в области воспитания и обучения дошкольников.</p> <p><i>Педагогическое образование</i> родителей (курсы по основам детской психологии и педагогике; организация семинаров, мастер-классов, тренингов, создание библиотечки для родителей в группах)</p>
<i>Нормативные документы</i>	<p>Знакомство с уставными документами и локальными актами учреждения.</p> <p>Заключение договоров с родителями воспитанников МАДОУ.</p>
<i>Анкетирование и опросы</i>	<p>Выявление потребностей родителей в дополнительных образовательных услугах.</p> <p>Выявление степени вовлеченности семей в образовательный процесс.</p> <p>Выявление мнения родителей о качестве предоставления муниципальной услуги, уровня эффективности работы дошкольного образовательного учреждения, уровня удовлетворенности деятельностью Учреждения.</p>
<i>Родительские собрания</i>	<p>Состоит из нескольких активных форм: информационных, дискуссионных, практических, наглядных. Родители принимают участие в обсуждении вопросов развития детей, проблем и предлагают пути их решения.</p>
<i>Помощь родителей учреждению</i>	<p>Организация и помощь в проведении совместных с детьми мероприятий.</p> <p>Участие в акциях, экскурсиях, субботниках</p> <p>Оказание помощи в создании условий на прогулочных участках для полноценных прогулок в разное время года.</p>
<i>Детско-родительские сообщества</i>	<p>Клуб родителей будущих школьников</p> <p>Литературные гостиные</p> <p>Интернет-марафон (в адаптационный период)</p> <p>Библиотека выходного дня «Под книжным зонтиком»</p> <p>«Солнечные лучики» для родителей детей с ОВЗ</p> <p>Клуб «Волонтеры истории»</p>
<i>Совместное творчество</i>	<p>Работа над образовательными и творческими проектами.</p>

<i>детей, родителей и педагогов. Привлечение родителей к участию в деятельности МАДОУ</i>	Занятия с участием родителей. Домашние задания/рекомендации (по запросу) для совместного выполнения родителями и детьми Групповые досуговые мероприятия с участием родителей. Смотры-конкурсы. Общие родительские собрания. Выставки работ, выполненные детьми и их родителями.
<i>Консультирование в рамках консультационного пункта</i>	По планам педагогов профильных специальностей. По запросам родителей. «Карапуз»-для родителей детей раннего возраста
<i>Наглядное информационное обеспечение (исполнение закона «Об образовании»)</i>	Родительские уголки в группах с полным набором информации о образовательных мероприятиях, проводимых в МАДОУ. Стенд нормативных документов, регламентирующих деятельность МАДОУ. Консультации. Папки-передвижки. Рекомендации специалистов. Открытые просмотры педагогического процесса в дни открытых дверей. Памятки. Тематические выставки.
<i>Оказание электронных услуг</i>	Предоставление документов родителями для постановки на очередь, оказание консультативной помощи через официальный сайт учреждения в разделе «Обратная связь»

Направления взаимодействия

№№	Направление	Содержание	Методы, приемы и способы
1.	Диагностико-аналитическое	Включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении физического развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа.	Опросы, анкеты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); Дни открытых дверей, открытые просмотры физкультурных занятий, приглашение на развлечения, спортивные праздники и другие мероприятия.

2.	Просветительское	Предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей оздоровления и физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией в области сохранения и укрепления здоровья дошкольников; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы, технологий и методик физического развития; содержании и методах образовательной работы с детьми.	Родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО и инструктором по физкультуре для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайт ДОО, страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий; совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными традициями и др.
3.	Консультационное	Объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем в физическом воспитании и обучении детей, в том числе в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.	

План работы с родителями

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выступление на родительском собрании «Оздоровление и физическое развитие детей в условиях ДОО и семьи». 2. Анкетирование «Физическое развитие Вашего ребенка». 3. Оформление информационного стенда для родителей «Страничка здоровья». 4. Индивидуальные консультации по вопросам физического развития детей.

Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация-практикум «Взаимодействие инструктора по физкультуре и родителей в вопросах развития двигательной активности дошкольников». 2. Знакомительная беседа «Методы оздоровления детей дошкольного возраста». 3. Индивидуальные консультации по вопросам коррекционно-развивающей работы в процессе физической деятельности. 4. Оказание помощи родителям в составлении картотеки подвижных игр на улице.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация фотовыставки «Олимпийская осень». 2. Консультация «Народные игры и забавы с детьми». 3. Практикум «Изготавливаем тренажеры для дыхательной гимнастики». 4. Знакомление родителей со спортивно-оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО (на сайте детского сада).
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Индивидуальные консультации по вопросам оздоровления ребенка. 2. Оказание помощи родителям по созданию спортивного уголка в домашних условиях. 3. Консультация «Коррекция плоскостопия и осанки». 4. Практикум «Игровой самомассаж для детей и родителей».
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Развитие физических качеств дошкольников в процессе гимнастики». 2. Изготовление буклета «Виды гимнастик для детей». 3. Оказание помощи родителям по созданию картотеки различных видов гимнастик. 4. Организация фотовыставки «Новогодняя спартакиада» (на сайте детского сада).
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анкетирование по теме «Как вы приобщаете детей к физической культуре?». 2. Оформление папки-передвижки «Закаливание детей». 3. Совместное изготовление физкультурных атрибутов и пособий для спортивных игр к празднику «День Защитника Отечества». 4. Индивидуальные консультации-рекомендации по подбору упражнений для детей с учетом психофизиологических и возрастных особенностей.
Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мастер-класс для родителей «Здоровьесберегающие технологии». 2. Индивидуальные консультации по вопросам организации двигательной активности дошкольников. 3. Оформление папки-передвижки «Роль физических упражнений в развитии эмоций у детей».

	4. Организация фотовыставки «Наши спортивные достижения».
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Участие родителей в проведении «Дня открытых дверей» (посещение родителями физкультурных занятий, физкультурно-оздоровительных сеансов, совместные подвижные игры с детьми). 2. Мастер-класс «Пособия и оборудование из нетрадиционных материалов для физических упражнений с детьми». 3. Совместное с родителями оформление фотоальбомов «Моя спортивная семья». 4. Создание электронной библиотеки для родителей по физическому развитию дошкольников.
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Методы приобщения дошкольников к здоровому образу жизни». 2. Участие родителей в военно-патриотической игре «Зарница». 3. Анкетирование родителей по результатам физического развития детей. 4. Индивидуальные консультации по вопросам поступления детей старшего дошкольного возраста в спортивную школу и спортивные кружки.

3.7. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, включая детей с особыми образовательными потребностями (далее – ООП), в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

- 1) обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы;
- 2) освоение детьми с ОВЗ Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе.

Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития.

Наличие в группе массового дошкольного учреждения ребенка с ОВЗ требует внимания к нему не только воспитателей и специалистов, но и инструктора по физической культуре.

Цель и задачи коррекционно-развивающей работы

Цель	Оздоровление и коррекция физического развитие детей с ОВЗ в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка для социальной адаптации и дальнейшей интеграции в общество.
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оказание необходимой коррекционно-педагогической поддержки воспитанникам с ОВЗ, направленной на компенсацию отклонений физического развития. 2. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений. 3. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков. 4. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики. 5. Создание условий для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений и овладения подвижными играми с правилами. 6. Преодоление недостатков, возникающих на фоне ограниченных возможностей здоровья: скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства. 7. Развитие физических качеств дошкольников, укрепление индивидуального здоровья. 8. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. 9. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников. 10. Обучение родителей (законных представителей) педагогическим технологиям сотрудничества со своим ребенком, коррекционным приемам и методам его физического развития; оказание им психологической поддержки.

В соответствии с ФГОС ДО в Программе **учитываются:**

- индивидуальные потребности ребенка с ОВЗ, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья;
- индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка при построении физкультурно-коррекционной образовательной деятельности;

- специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

Основание для организации физкультурно-коррекционной работы – это медико-психолого-педагогическое заключение, определяющее образовательные потребности воспитанников, имеющих проблемы в физическом и речевом развитии.

Специальная коррекционная работа, направленная на преодоление отклонений в психофизическом развитии детей, носит индивидуально-дифференцированный характер в зависимости от потребностей в них ребенка.

Объединение лечебно-восстановительного и коррекционно-педагогического процессов является основным принципом работы инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ.

Содержание коррекционной работы

<p>Коррекционная направленность в работе по физической культуре</p>	<ul style="list-style-type: none"> • создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.); • использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе; • учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях; • развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны» и т. п.); • способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений; • совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости; • развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое; • учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырёх движений; • воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений; • формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия; • учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; • закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия; • учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча; • продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений; • учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами; • включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников; • совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп; • стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства); • формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств; • стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции; • предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные - выполняют).
<p>Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища); • систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны и пр.), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.; • осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в

- совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность;
- проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;
 - проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов);
 - учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их);
 - внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т.д.);
 - контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.);
 - осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей;
 - включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;
 - объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого);
 - учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;
 - развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;
 - проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;
 - побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья;

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ |
|--|--|

Методы и приемы коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ

В целях направленного развития физических качеств у детей с ОВЗ используются те же методы, что и для здоровых детей:

Традиционно различаются три группы **методов**:

1. **Наглядные методы**, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. **К словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. **К практическим методам** можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Для коррекции и развития используются следующие методические приемы:

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
 - упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; - воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
 - пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем); - упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
 - парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.
- Таким образом, применение комплекса методов и приемов при работе с детьми с ОВЗ помогает более качественно организовать коррекционно-развивающую работу.

3.8. Рабочая программа воспитания

3.8.1. Пояснительная записка

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Под воспитанием понимается деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Основу воспитания на всех уровнях, начиная с дошкольного, составляют традиционные ценности российского общества. Традиционные ценности – это нравственные ориентиры, формирующие мировоззрение граждан России, передаваемые от поколения к поколению, лежащие в основе общероссийской гражданской идентичности и единого культурного пространства страны, укрепляющие гражданское единство, нашедшие свое уникальное, самобытное проявление в духовном, историческом и культурном развитии многонационального народа России.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, 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.

Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей.

- 1) Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания.
- 2) Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания
- 3) Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.
- 4) Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания.
- 5) Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.
- 6) Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания.
- 7) Ценности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания.

Целевые ориентиры воспитания следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребёнка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с традиционными ценностями российского общества.

С учётом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребёнок, в программе воспитания находит отражение взаимодействие всех субъектов воспитательных отношений. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство ДОО с другими учреждениями образования и культуры (музеи, театры, библиотеки, и другое), в том числе системой дополнительного образования детей.

3.8.2. Целевой раздел Программы воспитания

3.8.2.1. Цель и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития

Цель	Развитие личностных качеств ребёнка в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, основанной на традиционных ценностях российского общества.
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию. 2. Формировать первоначальные представления о традиционных ценностях российского народа посредством различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности. 3. Приобщать к истории и культуре своей Родины, своего народа и родного края на основе физкультурно-оздоровительной работы. 4. Содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе нормах и правилах, представлениях о добре и зле. 5. Осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

	<p>6. Организовать конструктивное взаимодействие инструктора по физкультуре с коллегами, родителями и социумом по воспитанию ребенка дошкольного возраста.</p> <p>7. Обогащать воспитательный потенциал ДОО посредством разнообразных форм дополнительного образования: спортивных кружков, секций, ЗОЖ-студии.</p>
--	---

3.8.2.2. Направления воспитания

Направление воспитания	Цель	Ценности	Содержание
Патриотическое направление	Содействовать формированию у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.	Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребёнка вследствие воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране - России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.	Патриотическое направление воспитания базируется на идее патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и её уклада, народных и семейных традиций. Работа по патриотическому воспитанию предполагает: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем - на развитие

			всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).
Духовно-нравственное направление	Формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.	Жизнь, милосердие, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания.	Духовно-нравственное воспитание направлено на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско-взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах.
Социальное направление	Формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.	Семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.	В дошкольном детстве ребёнок начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-смыслового отношения ребёнка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребёнка в детско-взрослых и детских общностях. Важной составляющей социального воспитания является освоение ребёнком моральных ценностей, формирование у него нравственных качеств и идеалов, способности жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство - уважение к человеку, к законам человеческого

			общества. Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребёнком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения.
Познавательное направление	Формирование ценности познания.	Познание лежит в основе познавательного направления воспитания.	В ДОО проблема воспитания у детей познавательной активности охватывает все стороны воспитательного процесса и является непременным условием формирования умственных качеств личности, самостоятельности и инициативности ребёнка. Познавательное и духовно-нравственное воспитание должны осуществляться в содержательном единстве, так как знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребёнка. Значимым является воспитание у ребёнка стремления к истине, становление целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека.
Физическое и оздоровительное направление	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.	Жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.	Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.
Трудовое	Формирование	Труд лежит в основе трудового	Трудовое направление воспитания направлено

направление	ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду.	направления воспитания.	на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.
Эстетическое направление	Способствовать становлению у ребёнка ценностного отношения к красоте.	Культура, красота, лежат в основе эстетического направления воспитания.	Эстетическое воспитание направлено на воспитание любви к прекрасному в окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развитие у детей желания и умения творить. Эстетическое воспитание через обогащение чувственного опыта и развитие эмоциональной сферы личности влияет на становление нравственной и духовной составляющих внутреннего мира ребёнка. Искусство делает ребёнка отзывчивее, добрее, обогащает его духовный мир, способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.

3.8.2.3. Целевые ориентиры воспитания

Деятельность инструктора по физкультуре нацелена на перспективу становления личности и развития ребёнка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребёнка к концу раннего и дошкольного возрастов.

В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной

образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое направление	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно Нравственное направление	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное направление	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное направление	Здоровье, жизнь	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.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
		Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое направление	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое направление	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

3.8.3. Содержательный раздел Программы воспитания

3.8.3.1. Уклад образовательной организации

Уклад в ДОО основывается на общепедагогических принципах, изложенных в ФГОС дошкольного образования (Раздел I, пункт 1.2.):

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду
- лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;
- уважение личности ребенка.

Уклад задает и удерживает ценности физического воспитания. В связи с этим, в содержании работы с детьми по данному направлению ключевым является **приоритет культурных ценностей здорового образа жизни**: у дошкольников развивают потребность в ежедневной двигательной активности, формируют практические навыки сохранения и укрепления своего здоровья, воспитывают дружеские взаимоотношения между детьми, умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, достигать общих интересов, договариваться, помогать друг другу.

Подвижные игры, в том числе, народные подвижные игры традиционно рассматриваются педагогами ДОО и инструктором по физкультуре в качестве наиболее доступного и действенного в воспитательном отношении вида деятельности, которое обеспечивает

физическое развитие и личностные качества дошкольников в соответствии с общечеловеческими и национальными ценностными установками. Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Поэтому упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка.

Уклад учитывает **этнокультурные и региональные особенности** воспитательного процесса в ДОО. В основе лежат идеи этнопедагогике, которые являются составной частью общей духовной культуры народа. Инструктор по физкультуре и педагоги детского сада посредством реализации различных программ, проектов, ежедневных социокультурных воспитательных ситуаций формируют у детей первичные знания о себе, своем этносе, культурных и спортивных традициях, известных спортсменах родного края. В результате у дошкольников развиваются социально-личностные качества, необходимые для формирования уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и окружающему социуму.

При организации процесса воспитания в рамках ОО «Физическое развитие» **учитываются климатические особенности региона:** время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; длительность светового дня; погодные условия и т.д.

Одним из основных условий организации Уклада в ДОО является создание **системы лично-ориентированного взаимодействия инструктора по физкультуре и родителей** (законных представителей). Характеризуется данное сотрудничество преобладающей активностью семьи в инициировании и поддержании совместных физкультурно-оздоровительных мероприятий, проявлением сознательной педагогической позиции, пропаганде ценностей здорового образа жизни в семье.

Установлены конструктивные отношения с социальными партнерами, которые способствуют обогащению двигательного опыта детей, приобщению их к национальным традициям, участвуют в проведении совместных проектов, концертов, праздников и других спортивных мероприятий.

3.8.3.2. Воспитывающая среда образовательной организации

Воспитывающая среда - это пространство, в рамках которого происходит процесс воспитания.

Для организации воспитывающей среды инструктором по физкультуре и другими педагогами образовательной организации **создан комплекс благоприятных условий**, которые способствуют личностному развитию каждого ребёнка на основе традиционных ценностей российского общества:

- 1) условия для формирования эмоционально-ценностного отношения дошкольника к спорту, здоровому образу жизни, другим людям, себе;
- 2) условия для обретения ребёнком первичного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности и поступков в соответствии с социально-ценностными ориентирами;
- 3) условия для становления самостоятельности, инициативности и творческого взаимодействия в детско-взрослых и детско-детских общностях, включая разновозрастное детское сообщество.

Для этого инструктор по физкультуре и воспитатели вовлекают дошкольников в различные виды двигательной деятельности: гимнастику, освоение основных движений и общеразвивающих упражнений, подвижные игры и др. Каждому ребенку предоставляется возможность самореализоваться, приобрести социально значимые знания, развить социально значимые отношения, получить опыт участия в общественных делах спортивного характера.

Физкультурно-оздоровительная среда насыщена воспитательным содержанием, которое реализуется:

- в процессе организованной образовательной деятельности с дошкольниками;
- при взаимодействии инструктора по физкультуре с детьми в режимные моменты;
- в самостоятельной деятельности детей;
- в процессе сотрудничества с семьями воспитанников и социальными партнерами по реализации задач Программы.

В творческие проекты и планы воспитательной направленности включены мероприятия по ознакомлению со спортивными традициями и культурой народов России, социальным миром родного края, с государственной символикой и значимыми историческими датами Российской Федерации.

Предметная среда, созданная взрослыми, способствует воспитанию нравственных, гражданских, эстетических и других общественно значимых качеств личности ребенка.

Педагогическая необходимость созданных условий в том, что у детей через физкультурно-оздоровительную деятельность формируются эмоционально-ценностное отношение, социальные установки и активная жизненная позиция, обеспечивающие достижение поставленных воспитательных целей.

3.8.3.3. Общности образовательной организации

В дошкольной организации действуют разнообразные по форме и направлениям взрослые, детско-взрослые и детские общности. Базовые общенациональные ценности раскрываются в общностях через деятельности и события, которые обеспечивают полноценный опыт социализации дошкольников.

1. Профессиональная общность педагогов. Участники общности разделяют те ценности, которые заложены в содержании Программы. Основой эффективности такой общности является рефлексия собственной профессиональной деятельности.

Цель - совершенствовать качество воспитательного процесса посредством повышения профессиональной компетентности педагогов.

К профессиональным общностям в нашем детском саду относятся:

- педагогический совет;
- методическое объединение;
- психолого-педагогический консилиум;
- творческая группа по оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Педагоги детского сада характеризуются профессиональной компетентностью, развитым педагогическим мышлением, мотивированной готовностью к инновациям, принятием ценностных ориентаций, идеалов, соблюдением профессиональной чести и достоинства, владением культурой диалога, заинтересованностью к профессиональному совершенствованию.

По отношению к детям инструктор по физкультуре, воспитатели, специалисты и другие сотрудники:

- являются примером в формировании полноценных и сформированных ценностных ориентиров, норм общения и поведения;
- мотивируют детей к общению друг с другом, поощряют даже самые незначительные стремления к общению и взаимодействию;
- заботятся о том, чтобы дети непрерывно приобретали опыт общения на основе чувства доброжелательности;
- воспитывают в детях такие качества личности, которые помогают влиться в общество сверстников (организованность, общительность, отзывчивость, щедрость, доброжелательность и пр.);
- учат детей совместной деятельности, насыщают их жизнь событиями, которые сплачивали бы и объединяли ребят.

2. Профессионально-родительская общность.

В дошкольной организации создано единое педагогическое пространство взаимодействия инструктора по физкультуре, педагогов и родителей для обмена опытом, знаниями, идеями, обсуждения и решения конкретных образовательных задач.

Используются как традиционные формы, так и новые технологии сотрудничества.

Так, на базе детского сада функционирует **Центр Здоровья**, который включает инструктора по физкультуре, педагогов ДОО и всех взрослых членов семей воспитанников. Цель клуба - объединение усилий по воспитанию ребенка в семье и в детском саду на основе физкультуры и спорта. В основе данного клуба лежит принцип сотрудничества. Родители - активные помощники и партнёры воспитательного процесса, они являются постоянными участниками всех спортивных и оздоровительных мероприятий детского сада. Взаимодействие носит систематический и плановый характер.

В социальной группе в ВКонтакте создана еще одна профессионально-родительская общность (инструктор по физкультуре и родители): **клуб «Родительский чат»** для оперативной связи по различным вопросам физического воспитания, обучения и развития дошкольников.

С целью подготовки к различным мероприятиям и для обогащения развивающей физкультурно-оздоровительной предметно-пространственной среды создана **«Мастерская»**, где родители и педагоги изготавливают атрибуты, тренажеры, пособия, элементы костюмов.

Данные формы взаимодействия характеризуются активностью семьи, конструктивным вовлечением родителей в образовательный процесс, участием в различных мероприятиях, проявлением сознательной педагогической позиции.

3. Детско-взрослая общность. Для этой общности характерно содействие друг другу, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение, отношение к ребенку как к полноправному человеку, наличие общих симпатий, ценностей и смыслов у всех участников общности. Детско-взрослые сообщества в ДОО организуются по инициативе детей и взрослых на основе социально значимых задач, партнерства и сотрудничества. Цель - создание воспитательного коллектива с системой неформальных связей и отношений между детьми и взрослыми.

Для повышения качества воспитания в рамках физкультурно-оздоровительной деятельности в нашей дошкольной организации созданы следующие детско-взрослые общности:

- физкультурно-познавательный «**Клуб туриста**»;
- физкультурно-оздоровительный клуб «**Спортивная семья**».

Взаимодействие в данных общностях реализуется на основе коллективной практической деятельности. Содержание выстраивается с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей.

Виды совместной деятельности: игровая, познавательная, коммуникативная, продуктивная, двигательная, художественно-эстетическая. Общими для всех детско-взрослых сообществ являются такие формы работы как: проекты, тематические вечера, физкультурно-оздоровительные праздники, «Встречи друзей».

4. **Детская общность.**

Детская общность – это необходимое условие полноценного развития личности ребенка. Здесь он непрерывно приобретает способы общественного поведения, под руководством педагога учится умению дружно жить, сообща играть, заниматься спортом, достигать поставленной цели.

В ДОО действуют:

- кружок оздоровительной направленности «**Медвежонок Здоровейка**» (дети 5-7 лет);

Педагогическое содействие (помощь) инициативам и осознанной активности детей в общностях оказывают инструктор по физкультуре, воспитатели и родители.

3.8.3.4. Задачи воспитания в образовательных областях

Для проектирования содержания воспитательной работы инструктору по физкультуре необходимо соотнести направления воспитания и образовательные области.

Содержание Программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО:

- образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» соотносится с патриотическим, духовно-нравственным, социальным и трудовым направлениями воспитания;
- образовательная область «Познавательное развитие» соотносится с познавательным и патриотическим направлениями воспитания;
- образовательная область «Речевое развитие» соотносится с социальным и эстетическим направлениями воспитания;
- образовательная область «Художественно-эстетическое развитие» соотносится с эстетическим направлением воспитания;
- образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

Образовательная область	Приобщение детей к ценностям	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	«Родина», «Природа», «Семья», «Человек», «Жизнь», «Милосердие», «Добро», «Дружба», «Сотрудничество», «Труд».	<ul style="list-style-type: none"> - воспитание любви к своей семье, своему населенному пункту, родному краю, своей стране; - воспитание уважительного отношения к ровесникам, родителям (законным представителям), соседям, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности; - воспитание ценностного отношения к культурному наследию своего народа, к нравственным и культурным традициям России; - содействие становлению целостной картины мира, основанной на представлениях о добре и зле, прекрасном и безобразном, правдивом и ложном; - воспитание социальных чувств и навыков: способности к сопереживанию, общительности, дружелюбия, сотрудничества, умения соблюдать правила, активной личностной позиции. - создание условий для возникновения у ребёнка нравственного, социально значимого поступка, приобретения ребёнком опыта милосердия и заботы; - поддержка трудового усилия, привычки к доступному дошкольнику напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; - формирование способности бережно и уважительно относиться к результатам своего труда и труда других людей.
Познавательное развитие	«Человек», «Семья», «Познание», «Родина», «Природа»	<ul style="list-style-type: none"> - воспитание отношения к знанию как ценности, понимание значения образования для человека, общества, страны; - приобщение к отечественным традициям и праздникам, к истории и достижениям родной страны, к культурному наследию народов России; - воспитание уважения к людям – представителям разных народов России независимо от их этнической принадлежности; - воспитание уважительного отношения к государственным символам страны (флагу, гербу, гимну); - воспитание бережного и ответственного отношения к природе

		родного края, родной страны, приобретение первого опыта действий по сохранению природы.
Речевое развитие	«Культура», «Красота»,	<ul style="list-style-type: none"> - владение формами речевого этикета, отражающими принятые в обществе правила и нормы культурного поведения; - воспитание отношения к родному языку как ценности, умения чувствовать красоту языка, стремления говорить красиво (на правильном, богатом, образном языке).
Художественно-эстетическое развитие	«Красота», «Культура», «Человек», «Природа»	<ul style="list-style-type: none"> - воспитание эстетических чувств (удивления, радости, восхищения, любви) к различным объектам и явлениям окружающего мира (природного, бытового, социокультурного), к произведениям разных видов, жанров и стилей искусства (в соответствии с возрастными особенностями); - приобщение к традициям и великому культурному наследию русского народа, шедеврам мировой художественной культуры с целью раскрытия ценностей «Красота», «Природа», «Культура»; - становление эстетического, эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру для гармонизации внешнего мира и внутреннего мира ребёнка; - формирование целостной картины мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения детьми; - создание условий для выявления, развития и реализации творческого потенциала каждого ребёнка с учётом его индивидуальности, поддержка его готовности к творческой самореализации и сотворчеству с другими людьми (детьми и взрослыми).
Физическое развитие	«Жизнь», «Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> - формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами; - воспитание активности, самостоятельности, уверенности,

		нравственных и волевых качеств.
--	--	---------------------------------

3.8.3.5. Формы совместной деятельности в образовательной организации

Работа с родителями (законными представителями)

Одним из основных условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка является создание системы личностно-ориентированного взаимодействия взрослых: педагогов и родителей.

Характеризуется данное взаимодействие преобладающей активностью семьи в инициировании и поддержании совместных мероприятий, проявлением сознательной педагогической позиции. Во главе угла - взаимная осознанность, самостоятельность и компетентность.

Цель и задачи работы с родителями

Цель	Формирование ответственных взаимоотношений с родителями и развитие их компетентности в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста.
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать условия для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества инструктора по физкультуре с семьями воспитанников. 2. Познакомить родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье на основе физкультурно-оздоровительной деятельности. 3. Информировать об актуальных задачах воспитания детей и о возможностях физкультуры и спорта в решении данных задач. 4. Сформировать педагогические знания и умения родителей в вопросах оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста. 5. Привлечь семьи дошкольников к участию в совместных с инструктором по физкультуре мероприятиях, организуемых в детском саду, муниципалитете, регионе, в Российской Федерации.

Ключевым направлением в работе инструктора по физкультуре является **формирование у родителей педагогической компетенции и педагогической рефлексии**, позволяющих понимать своего ребенка, организовать правильно общение с ним и совместную физкультурно-оздоровительную деятельность. В связи с этим, взаимодействие строится с использованием консультаций,

семинаров-практикумов, мастер-классов, открытых занятий. Практикуются коллективные формы совместной деятельности: родительские собрания, заседания в клубе «Университет здоровья», общение в «Родительском чате».

Вовлечение семей воспитанников в образовательный процесс реализуется посредством организации совместных проектов, праздников, соревнований, тематических Дней, работы в «Мастерской», участия в клубе «Спортивная семья» и в «Клубе туриста». Такое осознанное включение родителей в единый совместный процесс оздоровления своего ребенка позволяет значительно повысить эффективность взаимодействия с семьями воспитанников и реализовать все поставленные задачи.

Другим важным направлением сотрудничества является **знакомство родителей с лучшим опытом физического воспитания** в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании детей по оздоровлению и физическому развитию. Для этого проводятся родительские конференции, консультации и ролевое проигрывание проблемных ситуаций на обучающих занятиях.

Особое внимание инструктор по физкультуре уделяет **сопровождению педагогических инициатив семьи**. Инициативы выявляются путем анкетирования, опросов, бесед, ситуативных разговоров и других форм взаимодействия. Педагог поддерживает творческие начинания родителей, совместно с ними разрабатывает и организует мероприятия для детей. Педагогическая инициатива родителей - это новый этап сотрудничества с ними, показатель качества воспитательной работы.

Еще одной особенностью работы инструктора по физкультуре с семьей является **смещение акцента с просвещения и обучения родителей на их активное самообразование**. Педагог содействует в этом вопросе посредством создания банка электронных ресурсов, предоставления педагогической информации на сайте ДОО и в «родительских уголках» групп, через личные и групповые консультации, тренинги, практикумы.

Кроме основных форм работы осуществляется постоянное взаимодействие в процессе:

- ежедневных непосредственных контактов, в утренние и вечерние часы;
- неформальных бесед по вопросам воспитания на основе физкультурно-оздоровительной деятельности

События образовательной организации

В ДОО разработан годовой цикл воспитательной работы, в основе которой - общие для всего детского сада событийные мероприятия. Событийный подход рассматривается педагогическим коллективом детского сада как педагогическая технология организации и осуществления значимых событий в жизни ребенка или коллектива детей.

Свою работу инструктор по физкультуре также **организует в рамках событийности**. Основой для планирования являются примерные темы (праздники, события, проекты, явления), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей.

В **событийных мероприятиях** участвуют дошкольники разных возрастов. Проводятся государственные и народные праздники, отмечаются памятные даты, традиционные мероприятия.

На уровне детского сада:

- социальные праздники: День Победы, День России, День народного единства, День защитника Отечества, Праздник весны и труда, 8 Марта;
- мероприятия духовно-нравственной жизни: День волонтера, День доброты, День друзей и др.;
- мероприятия по теме искусства и литературы: День поэзии, День детской книги, День театра и др.;
- традиционные праздничные события общества: Новый год, День матери, День космонавтики, День пожилого человека и др.;
- социальные акции: «Бессмертный полк», «Друзья наши меньшие», «Поздравим ветерана» и др.;
- события народной культуры и народных традиций: Рождество, Масленица и др.
- социальные проекты: «Путешествие по родному краю», «Народные традиции России», «Мой любимый детский сад».

На уровне групп:

- «День рождения»;
- «Наши соседи» (поход в гости в соседнюю группу с физкультурными развлечениями);
- «Любимые игры детей нашей группы».

Во все указанные мероприятия **включены подвижные игры, народные игры, физкультурные или оздоровительные упражнения, эстафеты, соревнования.**

Дополнительно, **в рамках ОО «Физическое развитие»**, проводятся традиционные физкультурно-оздоровительные и спортивные праздники: «Осенняя спартакиада», «Летняя Олимпиада», «Зимняя олимпиада», «День здоровья», «День физкультурника», «Неделя туриста», спортивный праздник «Вместе с папой» и другие событийные мероприятия.

Яркая наглядность (оформление места проведения события согласно тематике), творческое игровое действие, неожиданность и сюрпризность - обязательные критерии подготовки и проведения мероприятия.

По итогам события проводится обмен мнениями и впечатлениями, анализируются полученные результаты, определяется эффективность воспитательного воздействия, учитывается положительный и негативный опыт организации и осуществления события. С учетом проведенного анализа вносятся коррективы в воспитательный процесс.

Событийные мероприятия воспитательного характера позволяют систематизировать, обобщить и свести эмоционально-ценностные представления дошкольников в единую гармоничную картину окружающего мира и вызывают позитивный эмоциональный отклик в сознании детей всех возрастов.

Совместная деятельность в образовательных ситуациях

Совместная деятельность в образовательных ситуациях является ведущей формой организации сотрудничества инструктора по физкультуре и ребёнка по освоению данной Программы, в рамках которой возможно решение конкретных задач.

В основе совместной деятельности лежит личностно-ориентированный подход педагога к детям. Этот подход предполагает:

1. Формирование эмоционально-ценностного отношения ребенка к окружающей социальной действительности на основе физического воспитания. Дошкольник эмоционально переживает предложенную информацию или ситуации, становится участником событий, а инструктор по физкультуре поддерживает стремление ребенка узнать что-то новое.

2. Формирование личностной позиции. Полученные знания должны превратиться в личное убеждение, во внутреннюю потребность и привычку уважительно относиться к людям, любить свою Родину, соблюдать нравственные нормы. В этом случае ребенок оценивает свои действия и действия других на основе собственного сформированного эмоционально-личностного отношения к окружающему социуму.

Основной функциональной характеристикой совместной деятельности являются партнерские отношения между инструктором по физкультуре и ребенком, их равноправное включение в процесс деятельности. Педагог участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми в качестве более опытного и компетентного партнера. Такой стиль воспитания обеспечивает каждому ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений с окружающими людьми.

Основные виды организации совместной деятельности:

- ситуативная беседа, советы, вопросы;
- социальное моделирование, воспитывающая (проблемная) ситуация;
- сюжетные спортивные игры, подвижные и малоподвижные игры;
- разучивание музыкально-ритмических и творческих физкультурных композиций;
- физкультурные этюды-инсценировки;
- рассматривание и обсуждение картин и книжных иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов;
- посещение спортивных мероприятий, экскурсии в общеобразовательную организацию, в организации социальных партнеров;
- организация выставок рисунков по итогам проведения и обсуждения физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- игровые методы (игровая роль, игровая ситуация, игровое действие и другие);
- демонстрация собственной нравственной позиции инструктором по физкультуре, личный пример, приучение к вежливому общению, поощрение (одобрение, тактильный контакт, похвала, поощряющий взгляд).

3.8.3.6. Организация предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) физкультурного зала и Центров двигательной активности в группах отражает ценности, на которых строится Программа, и способствует принятию этих ценностей ребенком.

РППС оснащена большим количеством материалов и оборудования, способствующих личностному развитию дошкольников и созданию условий для их позитивной социализации на основе базовых ценностей российского общества.

Компоненты и содержание воспитательной предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп

№№	Компоненты среды	Содержание предметно-пространственной среды
1.	Знаки и символы государства, региона, населенного пункта и ДОО	Лэпбуки «Символы России», «Символы моего города», в которых есть изображения герба и флага России, региона, родного города (поселка), портрет Президента. Альбомы и фотографии с изображением спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, проведенных в детском саду, в регионе и в России. Аудиозапись Гимна РФ. Аудиозаписи патриотических песен.
2.	Компоненты среды, отражающие региональные, этнографические и другие особенности социокультурных условий, в которых находится ДОО	Оборудование, атрибуты и пособия, отражающие культуру и быт народов родного края и используемые в физкультурно-оздоровительной деятельности. Альбом с фотографиями спортсменов округа и спортивных сооружений. Аудиозаписи фольклорных песен народов родного края. Физкультурное оборудование на участках ДОО.
3.	Компоненты среды, отражающие экологичность, природосообразность и безопасность.	Уголок уединения (в котором можно сделать гимнастику, самомассаж). Фотовыставки, способствующие самоидентичности ребенка: «Любимые игры ребят нашей группы», «Я - спортсмен!». Пособия и игры-самоделки, изготовленные конкретными детьми совместно с родителями, воспитателями или инструктором по физкультуре. Физкультурные тренажеры из нетрадиционного или бросового материала. Стенд «Наши олимпийские звездочки». Оборудование, инвентарь и пособия для физического развития детей в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа. Все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам, правилам пожарной безопасности.
4.	Компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности	Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для спортивных мероприятий, подвижных игр, гимнастики, оздоровительных упражнений. Мягкие игровые модули, игровые ширмы. Полифункциональные предметы, предметы-заместители, природные материалы,

		пригодные для использования в физкультурно-оздоровительной деятельности. Книги, энциклопедии, альбомы по спортивной тематике.
5.	Компоненты среды, отражающие ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей	Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для сюжетно-ролевых и творческих игр на спортивную тематику. Лэпбук: «Я и моя спортивная семья». Фотоальбомы с фотографиями членов семей воспитанников, выступающих на спортивных мероприятиях. Рисунки детей на тему «Спорт и семья». Тематическая папка «Подвижные игры наших бабушек и дедушек».
6.	Компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможность познавательного развития, экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывающие красоту знаний, необходимость научного познания, формирующие научную картину мира	Спортивные предметы для занятий спортом. Схемы, графические знаки, мнемотаблицы для разучивания ОВД, ОРУ, физкультурных композиций. Предметы-заместители для физкультурно-оздоровительной деятельности. Иллюстративный материал: книги, энциклопедии, тематические альбомы и др.
7.	Компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта	Атрибуты для самомассажа: массажеры, массажные перчатки, массажные мячики, массажные дорожки. Нестандартное оборудование для дыхательной и пальчиковой гимнастик. Элементы костюмов для сюжетных гимнастик и музыкально-спортивных праздников (шапочки, накидки, маски и т.д.). Атрибуты для подвижных, малоподвижных и самостоятельных игр. Дидактические игры, пособия, атрибуты, способствующие ознакомлению детей с культурой ЗОЖ. Аудиозаписи для проведения гимнастик. Коллекция оздоровительных игр Железновых, развивающие видео и презентации об организме человека, здоровом питании, полезной и вредной пище. Пособия, книги, энциклопедии, альбомы, демонстрационный материал по формированию у детей знаний о ЗОЖ.
9.	Компоненты среды, предоставляющие	Реальные предметы быта народов России, муляжи, макеты, используемые в

<p>ребёнку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа.</p>	<p>физкультурно-оздоровительной деятельности. Дидактический материал, предметы и пособия по ознакомлению с народно-прикладным творчеством, традиционными обрядовыми праздниками многонационального российского народа. Оборудование и атрибуты для подвижных и сюжетных народных игр. Костюмы и элементы костюмов, в том числе народные, для различных образовательных и досуговых мероприятий. Видеотека и аудиотека, способствующие погружению детей в культуру России, знакомству с особенностями традиций многонационального российского народа.</p>
---	--

Вся предметно-пространственная среда физкультурного зала и групп гармонична, эстетически привлекательна и стимулирует духовно-нравственную сферу дошкольников. При выборе материалов и игрушек инструктор по физкультуре и педагоги ориентируются на продукцию отечественных производителей. Игрушки, материалы и оборудование соответствуют возрастным задачам воспитания детей дошкольного возраста и имеют документы, подтверждающие соответствие требованиям безопасности.

3.8.3.7. Социальное партнерство

Инструктор по физкультуре использует разнообразные формы социального партнерства с различными региональными организациями, с которыми заключены соответствующие договоры. Взаимодействие с социумом способствует обогащению воспитывающей среды, гармонизации отношений всех участников образовательного процесса.

Предметом взаимодействия и сотрудничества является ребенок, его интересы, заботы о том, чтобы каждое педагогическое воздействие, оказанное на него, было грамотным, профессиональным и безопасным.

Цель и задачи социального партнерства по оздоровлению и физическому развитию дошкольников

Цель:	Максимальное использование возможностей совместной деятельности ДОО, инструктора по физкультуре и социума в целях обеспечения полноценного физического развития детей, их интересов и индивидуальных возможностей.
Задачи:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организовать взаимодействие с социальными институтами образования, культуры, спорта и медицины. 2. Обеспечить взаимодополняемость и альтернативность путей реализации индивидуальных

	<p>потребностей детей и запросов родителей в качественном физическом воспитании на основе взаимодействия с социальными партнерами.</p> <p>3. Обогащать физкультурно-образовательный процесс новыми педагогическими практиками.</p> <p>4. Развивать коммуникативные способности детей, доброжелательность к окружающим, готовность к сотрудничеству и самореализации.</p> <p>5. Стимулировать у дошкольников развитие активной гражданской позиции сопричастности к судьбе образовательной организации, микрорайона, малой Родины на основе физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p>
--	--

Взаимодействие с социумом

Наименование учреждения	Формы взаимодействия
Обще-образовательная школа	<ul style="list-style-type: none"> - открытые просмотры физкультурных занятий в школе и ДОО; - посещение детьми детского сада и их родителями спортивных мероприятий в школе в качестве приглашенных гостей; - совместное проведение тематических мероприятий (спортивных праздников, развлечений, соревнований и др.); - разработка и реализация совместных физкультурно-оздоровительных проектов.
Спортивная школа	<ul style="list-style-type: none"> - посещение детьми детского сада и их родителями соревнований в качестве приглашенных гостей; - совместное проведение мероприятий, посвященных государственным и общественным праздникам; - разработка и реализация совместных физкультурно-оздоровительных проектов; - совместное участие в муниципальных, региональных и всероссийских конкурсах по тематике Программы.
Библиотека	<ul style="list-style-type: none"> - посещение выставок методической и детской литературы по спортивной тематике и пропаганде ЗОЖ; - посещение мероприятий по оздоровительному направлению, организованных библиотекой; - совместное проведение тематических мероприятий в рамках «Университета здоровья», «Клуба туриста» и клуба «Спортивная семья»; - совместное проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Дом культуры	<ul style="list-style-type: none"> - совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия; - проведение тематических Дней, соревнований; - посещение детьми кружков и секций.
--------------	---

3.8.4. Организационный раздел Программы воспитания

3.8.4.1. Кадровое обеспечение

В вопросах воспитания детей дошкольного возраста инструктор по физкультуре тесно сотрудничает с воспитателями и другими специалистами ДОО.

Старший воспитатель обеспечивает организацию воспитательного процесса в детском саду, осуществляет методическую помощь и способствует повышению профессиональной компетентности инструктора по физкультуре, курирует взаимодействие с семьями воспитанников и с социальными партнерами.

Воспитатели совместно с инструктором по физкультуре реализуют задачи Программы в процессе режимных моментов, в специально организованных воспитательных ситуациях и беседах, в двигательной, коммуникативной и игровой деятельности детей. Развивают личностные качества дошкольников: любовь к Родине, к членам своей семьи, доброту, честность, дружелюбие, трудолюбие, целеустремленность и др. Разрабатывают план воспитательной работы в своей группе. Сотрудничают с родителями по вопросам воспитания детей в детском саду и в семье.

Музыкальный руководитель совместно с инструктором по физкультуре подбирают музыку для различных видов гимнастик, игр соревновательного характера, для спортивных праздников. Проводят физкультурно-оздоровительные мероприятия, формируют у детей культуру здорового образа жизни. Вместе организуют мероприятия патриотической направленности: «Зарница», «Армейская спартакиада», «Большие манёвры», «Смотр строя и песни». Развивают нравственно-волевые черты личности через стимуляцию детской активности, формирование физических качеств, двигательных навыков и умений. Воспитывают чувство сплочённости и взаимовыручки.

Учитель-логопед сотрудничает с инструктором по физкультуре в коррекционно-развивающей деятельности в логопедических группах. Совместно наблюдают и развивают общую и мелкую моторику у детей, чувство темпа и ритма движений. Работают над развитием слухового, зрительного, пространственного восприятия. Инструктор по физкультуре закрепляет поставленные учителем-логопедом звуки в свободной речи.

Педагог-психолог осуществляет психопрофилактическую, диагностическую, коррекционно-развивающую, консультативно-просветительскую работу. Организует сопровождение инструктора по физкультуре по созданию социально-психологических условий для комфортного пребывания детей в ДОО. Способствует преодолению у детей нарушений социально-коммуникативного развития, гармонизации внутреннего мира ребенка, оказывает психологическую помощь детям и их родителям.

Профессиональную компетентность в области воспитания детей младенческого, раннего и дошкольного возраста инструктор по физкультуре совершенствуют за счет курсов повышения квалификации, мастер-классов, конференций, семинаров, практикумов, стажировочных площадок и самообразования собственной педагогической деятельности.

3.8.4.2. Нормативно-методическое обеспечение

При разработке Программы воспитания учитывались следующие **нормативно-правовые документы**:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», (ред. от 28.04.2023).
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

Перечень методических пособий, используемых при реализации Программы воспитания:

1. Аникина Т.М., Степанова Г.В., Терентьева Н.П. Духовно-нравственное и гражданское воспитание детей дошкольного возраста. Сост.: - М.: УЦ «Перспектива», 2012.
2. Букатов В.М. Социоигровая педагогика в детском саду. – М.: Чистые пруды, 2006.
3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Программа, конспекты, материалы. – М.: Вентана-Граф, 2015.
4. Воспитателю о воспитании детей 5-7 лет в детском саду и семье. Практическое руководство по реализации Программы воспитания - М.: ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования», 2022.
5. Газзаева З.Ш., Абрамочкина О.Ю. Воспитание ценностных ориентиров личности дошкольника// «Управление ДОУ». – 2010. № 7.
6. Дошкольникам о защитниках Отечества: методическое пособие по патриотическому воспитанию в ДОУ / под. ред. Л.А. Кондрыкинской. – М.: Сфера, 2006.

7. Зеленова Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Средняя, старшая, подготовительная группы). - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008.
8. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.
9. Кокуева Л.В. Духовно-нравственное воспитание дошкольников на культурных традициях своего народа: Методическое пособие.- М.: АРКТИ, 2005.
10. Колесникова И.А., Борытко Н.М., Поляков С.Д. и др. Воспитательная деятельность педагога: Учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений. 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2007.
11. Коновалова Н.Г. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Волгоград, «Учитель», 2019.
12. Кочетова Н. А., Желтикова И. А., Тверетина М. А. Взаимодействие семьи и ДОУ. Программы развития детско-родительских отношений: совместная деятельность педагогов, родителей и детей. – Волгоград: Учитель, 2014.
13. Леонова Н.Н. Нравственно-патриотическое воспитание старших дошкольников: целевой творческий практико-ориентированный проект. - Волгоград: Издательство «Учитель», 2013.
14. Методика воспитательной работы: учебное пособие для студ. высш. учебн. заведений / Под ред. В.А. Слостенина. - М.: «Академия», 2009.
15. Микляева Н.В. Нравственно-патриотическое и духовное воспитание дошкольников. - М.: Творческий центр «Сфера», 2013.
16. Москалюк О. В. Педагогика взаимопонимания. Занятия с родителями. – Волгоград: Учитель, 2014.
17. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
18. Оверчук Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: Проблемы и пути оптимизации. – М.: Гном, 2004.
19. Петрова В.И., Стульник Т.Д. Этические беседы со школьниками. Для занятий с детьми 4-7 лет. ФГОС. - М.: Мозаика-Синтез, 2015.
20. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.
21. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013.
22. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.
23. Степанов П.В. Воспитательный процесс: от изучения результатов к управлению по результатам // Воспитательная работа. 2010 № 4. С.61- 64.
24. Теплова А.Б. Духовно-нравственное воспитание детей дошкольного возраста как основа патриотического воспитания. Методическое пособие. Электронное издание. - Москва: ВОО «Воспитатели России», 2021. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) (30,2 Мб). - Текст: электронный.
25. Фадеева Е. И. Семья и ДОО. Развиваем сотрудничество. Методическое пособие. – М.: Перспектива, 2015.

26. Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная Пресса, 2006.

3.8.4.3. Требования к условиям работы с особыми категориями детей

По своим основным задачам воспитательная работа в ДОО не зависит от наличия (отсутствия) у ребёнка особых образовательных потребностей.

В основе процесса воспитания детей в ДОО - традиционные ценности российского общества.

В работе с особыми категориями детей инструктор по физкультуре реализуют **инклюзивный подход**.

Инклюзия подразумевает готовность образовательной системы принять любого ребёнка независимо от его особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и других) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Инклюзия является ценностной основой уклада дошкольной организации и основанием для проектирования воспитывающих сред, деятельностей и событий.

В детском саду созданы условия, отвечающие требованиям, которые предъявляют в работе с особыми категориями детей:

1) Инструктор по физкультуре, при взаимодействии с детьми, создает такие ситуации, в которых каждому ребёнку с особыми образовательными потребностями предоставляется возможность выбора вида двигательной деятельности, партнера и средств. Педагог учитывают особенности деятельности, средства её реализации, а также ограниченный объем личного опыта детей особых категорий.

2) Инструктор применяет игру как важнейший фактор воспитания и развития ребёнка на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения.

3) Воспитательные мероприятия, проводимые инструктором по физкультуре, характеризуются доступностью, совместными и самостоятельными, подвижными и статичными формами активности детей с учётом особенностей развития и образовательных потребностей каждого ребёнка. Речь идет не только о физической доступности, но и об интеллектуальной, когда созданные условия воспитания и применяемые правила понятны ребёнку с ОВЗ.

4) Участие семьи является необходимым условием для полноценного воспитания ребёнка дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями.

IV. Организационный раздел Программы

4.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих физическое развитие ребенка:

1. Признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся

личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника.

2. Учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития).

3. Решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных занятий (фронтальных, подгрупповых, индивидуальных). При этом физкультурное занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется инструктором по физкультуре.

4. Создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее.

5. Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на спортивные интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.

6. Индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга).

7. Оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ, на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, физическому развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования.

8. Обеспечение преемственности содержания и форм организации физического развития детей в ДОО и в начальной школе (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться).

9. Совершенствование образовательной работы по оздоровлению и физическому развитию детей на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества.

10. Психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах формирования двигательного опыта дошкольников.

11. Вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации Программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся.

12. Взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности.

13. Формирование и развитие профессиональной компетентности инструктора по физкультуре.

4.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) ДОО отражает ценности, на которых строится Программа.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС дошкольной организации выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Для оздоровления и физического развития детей в детском саду организованы следующие пространства:

1. Физкультурный зал (оснащён необходимым оборудованием, атрибутами и пособиями).
2. Центры двигательной активности в каждой возрастной группе.
3. Спортивная площадка на территории детского сада.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, развивающая предметно-пространственная среда по ОО «Физическое развитие» является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

При проектировании РППС инструктор по физкультуре учитывает:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи Программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

Соответствие РППС требованиям ФГОС ДО

№ №	Качество среды	Содержание развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды
1.	Содержательно-насыщенная	Группы оснащены физкультурным игровым оборудованием; в физкультурном зале и на участке детского сада имеется необходимое развивающее оборудование, тренажеры и инвентарь.

		<p>Все это обеспечивает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность детей всех категорий и возрастных групп; - двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; - эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; - возможность самовыражения детей. <p>Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.</p>
2.	Трансформируемость	Предполагается возможность изменений предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.
3.	Полифункциональность	<p>Планированием образовательной деятельности по оздоровлению и физическому развитию детей предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды физкультурного зала, например, детской мебели (по прямому назначению и для игры), мягких игровых модулей, игровых ширм, мягких матов, которые также используются в различных видах двигательной деятельности. - наличие в физкультурном зале или группе полифункциональных предметов, пригодных для использования в разных видах двигательной активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в подвижных играх).
4.	Вариативность	<p>Предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наличие в физкультурном зале и группах различных пространств (для подвижных игр, самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; - периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную и познавательную активность детей.

5.	Доступность	Предусмотрено: - доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников; - свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; - исправность и сохранность материалов и оборудования.
6.	Безопасность	Предусмотрено: - соответствие всех элементов развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

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

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;
- 2) выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.

Перечень оборудования, средств обучения и воспитания

Вид помещения	Оснащение
Групповые комнаты	В Центрах двигательной активности: - мячи; - обручи; - кегли; - ленты, шнур, кубики; - мешочки с песком; - гимнастические палки; - скакалки;

	<ul style="list-style-type: none"> - малые мячи; - шапочки для подвижных игр.
Спальные помещения	Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики.
Физкультурный зал	<p>Спортивное оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания; общеразвивающих упражнений):</p> <p>Гимнастическая стенка.</p> <p>Скамейки.</p> <p>Спортивные маты, тоннели для пролезания.</p> <p>Обручи разного диаметра.</p> <p>Мячи малые (теннисные), мячи средние, мячи большие.</p> <p>Кегли, кубики, фишки-ограничители.</p> <p>Ленты, погремушки, султанчики для физкультурных занятий</p> <p>Гимнастические палки, скакалки.</p> <p>Клюшки, колецбросы, мишени.</p> <p>Нестандартное оборудование для тренировки дыхания, для тренировки вестибулярного аппарата, для развития ловкости.</p> <p>Игрушки, маски и шапочки для подвижных игр, игр-забав.</p> <p>Музыкальный центр.</p> <p>Оснащение физкультурного зала для коррекционной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контактные коврики и дорожки, - дорожки со следами, - тренажеры для коррекции плоскостопия;
Прогулочные участки (на каждую группу)	<p>Лазы, лестницы, скамейки.</p> <p>Горки, карусели.</p> <p>Детские игровые комплексы.</p> <p>Спортивное оборудование.</p> <p>Выносной материал для организации двигательной деятельности на улице в разное время года:</p>

	скакалки, мячи, обручи, кегли, ракетки для бадминтона, ледянки. Комплекты малых архитектурных форм.
Спортивная площадка (на территории ДОО)	Спортивная площадка выделена и огорожена, оснащена: - воротами для футбола или хоккея; - баскетбольными кольцами; - стойками для волейбольной сетки; - тренажерами-балансирами; - лестницами.
Кабинет инструктора по физкультуре	Библиотека методической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников. Материалы по опыту работы педагогов. Картотеки: - утренней гимнастики; - дыхательной гимнастики; - физкультминуток; - коррекционно-оздоровительной гимнастики; - подвижных игр и игр малой подвижности. Пособия для занятий. Демонстрационный, раздаточный материал для занятий с детьми. Игровой материал. Письменный стол, стул.

Методическое обеспечение Программы

Методические пособия	Бережнова О.В., Бойко В.В. Проектирование физкультурно-оздоровительной работы в детском саду. Сборник документов и локальных актов. — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бережнова О.В., Бойко В.В. Физическое развитие ребенка в семье. Методические рекомендации. - М.: ИД «Цветной мир», 2017. Бойко В.В. Настольная книга инструктора по физической культуре. - Орел, ОГУ, 2004. Вайнер Э.Н. Валеология: учебник. - М.: Флинта: Наука, 2002.
-----------------------------	--

	<p>Горькова Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ. - Москва, 2005.</p> <p>Маханева М.Д. С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009.</p> <p>Оверчук Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: Проблемы и пути оптимизации. – М.: Гном, 2004.</p> <p>Ошкина, А.А. Теории и технологии физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб.-метод. пособие / А.А. Ошкина. – Тольятти: Изд-во ТГУ, 2013.</p> <p>Реутский С.В. Физкультурные комплексы дома и в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2015</p> <p>Соловьева Н.И., Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры. - М.: Школьная пресса, 2008.</p> <p>Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие. - М.: Академия, 2009.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 2–3 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3–4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 4–5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 5–6 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 6–7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: учебник. - М.: Просвещение, 2008.</p> <p>Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учрежд.: в 3 ч. – М.: Владос, 2014.</p>
<p>Оздоровление</p>	<p>Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник, социально-оздоровительная технология XXI века. - М., 2000.</p> <p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. – М.: Сфера, 2017.</p> <p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Технология оздоровления детей в детском саду. Новые стандарты. – М.: УЦ «Перспектива», 2012.</p> <p>Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. – М.: Творческий центр, 2008.</p> <p>Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. - М.: Творческий центр, 2003.</p> <p>Картушина М.Ю. «Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья». – М.: Сфера, 2009.</p> <p>Коновалова Н.Г. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного</p>

	<p>возраста. – Волгоград, «Учитель», 2019.</p> <p>Кудрявцев В.Т., Егоров Б..Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). - М.: Линка-Пресс, 2000.</p> <p>Кузнецова М.Н. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий. – М.: Айрис-Пресс, 2008.</p> <p>Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников - М.: Мозаика-Синтез, 2010.</p> <p>Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения. - Волгоград: Учитель, 2012.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Попова Г.П., Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А. Физкультурно-оздоровительная работа в ДО. Планирование, занятия, комплексы, спортивные досуги. – Волгоград: Учитель, 2017.</p> <p>Соловьева Н.И., Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры. - М.2007.</p> <p>Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная Пресса, 2006.</p>
Гимнастика	<p>Акулова А.И. Ритмическая гимнастика для детей 6-7 лет. - Физкультура и спорт, 2007.</p> <p>Волова И.Н., Ефимова И.В., Карпова М.В.: Комплексы гимнастик для занятий с детьми. Зрительная, пальчиковая, двигательная. - Волгоград, Учитель, 2020.</p> <p>Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008.</p> <p>Пантелеева Е.В. Дыхательная гимнастика для детей. – М.: Человек, 2012.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 5-6 лет Комплексы упражнений в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2022.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 6-7 лет. Комплексы упражнений в подготовительной группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2021.</p> <p>Подольянская Е. И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2009.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет. - М.: Мозаика-</p>

	<p>Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. - СПб.: Детство-Пресс, 2021.</p>
Игры	<p>Бойко В.В., Бережнова О.В. 300 игр и упражнений со скакалкой для дошкольников. Учебно-методическое пособие для педагогов и родителей. — М.: ИД «Цветной мир», 2016.</p> <p>Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практ. пособие. – М.: Айрис-пресс, 2011.</p> <p>Волошина Л.Н., Елецкая Н.М., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – Волгоград, Учитель, 2020.</p> <p>Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет: Развитие моторики, коррекция координации движения и речи. - Волгоград: Учитель, 2014.</p> <p>Нищева Н.В. Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Детство-Пресс.- 2013.</p> <p>Осяк С.А., Султанбекова С.С., Захарова Т.В. и др. «Образовательный квест - современная интерактивная технология» // «Современные проблемы науки и образования». –2015. - № 1-2.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.</p> <p>Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг. – М.: Сфера, 2010.</p> <p>Шеина Л.И. Квесты как новая форма взаимодействия взрослых и детей [Текст] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – с. 439–441.</p>
Двигательная деятельность	<p>Бережнова О.В., Бойко В.В. Фольклорно-физкультурные праздники, досуги и развлечения в детском саду. Учебно-методическое пособие для педагогов. — М.: ИД «Цветной мир», 2017.</p> <p>Губа В.П., Солонкин А.А. Основы двигательного развития детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. – Физкультура и Спорт, 2009.</p> <p>Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.</p> <p>Кирченко Н.А. Развитие основных физических качеств и координационных способностей детей. – М.: Белый ветер, 2015.</p> <p>Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009.</p>

	<p>Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе. - Волгоград, 2009.</p> <p>Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2004.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013</p> <p>Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. - Волгоград: Учитель, 2013.</p> <p>Хацкалёва Г.А. Организация двигательной активности дошкольников с использованием логоритмики.- Спб, 2013.</p>
<p>Младенческий и ранний возраст</p>	<p>Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами. Для работы с детьми 2–4 лет.</p> <p>Красикова И. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет. - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: Корона принт, 2000.</p> <p>Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста. 1-3 года. - М.: Мозаика-Синтез, 2007.</p> <p>Теплюк С.Н. Ребенок от рождения до года. Пособие для родителей и педагогов. М.: Мозаика-Синтез, 2008.</p> <p>Голубева Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких. (0-3 года). – М.: Мозаика-Синтез, 2012.</p> <p>Четвертаков К.В. Играем вместе. Развивающие игры для малышей и их родителей. – М.: Сфера, 2015.</p> <p>Лункина Е.Н. Растим малыша 2-3 лет. – М.: Сфера, 2009.</p> <p>Кривенко Е.Е. Адаптационные игры для детей раннего возраста. – М.: Цветной мир, 2018.</p> <p>Ветрова В. Во что играть с ребенком до трёх лет. - М: Сфера, 2009.</p>
<p>Коррекционная педагогика</p>	<p>Колчина Н.И., Матвеева Н.Г., Журавлева Г.Н.: Программа «Летний отдых и оздоровление дошкольников. Первые шаги к инклюзии». – М: Детство-Пресс, 2017.</p> <p>Ребенок в инклюзивном дошкольном учреждении: методическое пособие / Под ред. Т.В. Волосовец, Е.Н. Кутеповой. – М.: РУДН, 2010.</p> <p>Волосовец Т.В., Кутепова Е.Н. Инклюзивная практика в дошкольном образовании. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 2011.</p> <p>Староверова М.С., Ковалев Е.В., Захарова А.В. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ. Методическое пособие. – М.: Владос, 2011.</p> <p>Соловьева С.В. Проектирование индивидуальных образовательных программ для детей с ОВЗ / Методические рекомендации. - 2 издание, дополн. и перераб. – Екатеринбург: ГБОУ ДПО СО «Институт</p>

	развития образования», 2011.
--	------------------------------

4.4. Кадровые условия реализации Программы

Реализация данной Программы обеспечивается инструктором по физкультуре совместно с воспитателями и специалистами ДОО, административно-хозяйственными работниками образовательной организации, а также медицинскими и иными работниками, выполняющими вспомогательные функции.

Наименование должностей инструктора по физкультуре, воспитателей и специалистов соответствует номенклатуре должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, утверждённой постановлением Правительства Российской Федерации от 21 февраля 2022 г. № 225 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 9, ст. 1341).

Непрерывное сопровождение Программы осуществляется педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени её реализации в ДОО.

Взаимодействие инструктора по физкультуре с воспитателями и специалистами ДОО

Деятельность инструктора по физкультуре направлена на сохранение и укрепление здоровья дошкольников и их физическое развитие, пропаганду здорового образа жизни и предусматривает:

- проведение (в том числе совместно с другими специалистами) индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий со всеми воспитанниками с учетом их психофизических возможностей и индивидуальных особенностей;
- подготовку и проведение общих праздников, досугов и развлечений;
- оказание консультационной поддержки родителям по вопросам оздоровления и физического развития ребенка в семье;
- ведение необходимой документации.

Особенностями организации работы инструктора по физкультуре с воспитателями и специалистами детского сада являются:

- планирование (совместно с другими специалистами) и проведение образовательной деятельности индивидуально с каждым воспитанником;
- планирование (совместно с другими специалистами) и организация образовательной деятельности со всеми воспитанниками группы;
- соблюдение преемственности в работе с другими специалистами по выполнению индивидуального образовательного маршрута ребенка;
- обеспечение индивидуального подхода к каждому воспитаннику с учетом рекомендаций специалистов.

Планирование мероприятий по взаимодействию с коллегами

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составление совместного с воспитателями плана спортивных праздников, развлечений и др. мероприятий. 2. Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии и в проведении спортивных праздников». 3. Консультация «Содержание и оформление «Центров двигательной активности в группах». 4. Обсуждение сценариев осенних спортивных праздников, распределение ролей, назначение ответственных за проведение. 5. Совместная разработка картотеки «Подвижные игры на улице». 6. Консультация «Диагностика физического развития - требования и условия проведения». Помощь воспитателей и специалистов при проведении диагностики.
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Развитие физических качеств у старших дошкольников в процессе проведения утренней гимнастики». 2. Изготовление буклета для педагогов «Новинки педагогической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников». 3. Изготовление памятки для воспитателей «Деятельность воспитателя по подготовке детей к спортивным праздникам и развлечениям». 4. Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематических проектов «Путешествие по родному краю» и «Тропой туриста» («Региональная неделя» и «Неделя туриста»). 5. Подбор с музыкальным руководителем музыки для комплексов гимнастик с учетом особенностей и возможностей дошкольников. 6. Совместное с воспитателями и музыкальным руководителем пополнение аудиозаписей на основе интересов и предпочтений детей.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Презентация-консультация «Эффективные методы оздоровления детей в процессе двигательной деятельности». 2. Совместная разработка картотеки «Подвижные игры для детей в группе». 3. Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематического проекта «Здоровый образ жизни» («Неделя Здоровья»). 4. Семинар-практикум «Игровой самомассаж для детей дошкольного возраста». 5. Совместное изготовление атрибутов и пособий для оздоровления и физической деятельности воспитанников.

	6. Совместное обсуждение новогоднего сценария, назначение ответственных, распределение ролей.
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совместное с музыкальным руководителем пополнение картотеки «Музыкально-оздоровительные сеансы». 2. Совместная с воспитателями и специалистами разработка индивидуальных маршрутов для часто болеющих детей. 3. Разработка буклета «Упражнения для развития физических качеств детей». 4. Консультация «Коррекционные технологии оздоровления и физического развития дошкольников». 5. Пополнение аудиотеки о здоровом образе жизни людей (диафильмы, слайды, документальные и мультипликационные фильмы). 6. Совместная с педагогами подготовка (организационные моменты, оформление, репетиции, изготовление атрибутов) и проведение праздника «Новый год».
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовка к «Зимней Олимпиаде» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных). 2. Изготовление с педагогами карточек-схем, мнемотаблиц и других предметно-схематических моделей для выполнения физических заданий и упражнений. 3. Совместная с учителем-логопедом разработка картотеки по коррекции и развитию мелкой и крупной моторики. 4. Консультация «Проведение на участках детского сада физкультурно-оздоровительных мероприятий». 5. Разработка памятки «Интернет-сайты по оздоровлению и физическому развитию детей». 6. Мастер-класс «Организация предметно-пространственной среды в группе по развитию физических качеств у детей дошкольного возраста».
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Развитие ловкости у старших дошкольников в процессе проведения квестов». 2. Совместная деятельность с воспитателями по разучиванию и закреплению у детей спортивных движений к праздникам и развлечениям. 3. Совместная с педагогами подготовка к спортивно-патриотическому празднику «Зарница». 4. Консультация «Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе двигательной деятельности». 5. Пополнение картотеки «Народные подвижные игры». 6. Обогащение РППС атрибутами для самомассажа: массажерами, массажными перчатками и массажными мячиками.

<p>Март</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совместная с педагогами подготовка к «Неделе Спорта» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных). 2. Совместная разработка картотеки «Оздоровительные гимнастики». 3. Консультация «Фитбол-гимнастика как средство оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста». 4. Осуществление совместной дифференцированной работы с музыкальным руководителем для коррекции двигательной деятельности детей. 5. Обсуждение и анализ действий с педагогом-психологом по созданию условий для эмоционального благополучия дошкольников в рамках ОО «Физическое развитие». 6. Совместная взаимопроверка Центров двигательной активности в группах (приведение в соответствие с требованиями ФГОС и СанПин).
<p>Апрель</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Развитие двигательной активности детей раннего и дошкольного возраста в различные режимные моменты». 2. Разработка буклета «Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста посредством координационной лестницы». 3. Совместная с воспитателями и музыкальным руководителем подготовка и проведение Выпускного утренника. 4. Мастер-класс «Пособия из нетрадиционных материалов для физических упражнений с детьми». 5. Совместное пополнение РППС групп нестандартным физкультурным оборудованием: массажными ковриками из крышек, ребристыми дорожками на основе корпусов из фломастеров, вертушками для дыхательной гимнастики и др. 6. Пополнение аудиотеки по теме «Маршевая музыка».
<p>Май</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация «Использование общеразвивающих упражнений и основных движений в самостоятельной двигательной деятельности детей». 2. Совместная с воспитателями подготовка к показательным выступлениям дошкольников, посещающих спортивные кружки и секции. 3. Совместное проведение мониторинговых мероприятий по физическому развитию воспитанников. 4. Презентация «Реализация задач воспитания детей дошкольного возраста в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности» 5. Совместное с коллегами подведение итогов работы: результаты, достигнутые за год, нереализованные

	задачи Программы, причины невыполнения, перспективы на новый учебный год.
--	---

4.5. Организация образовательного процесса

Организация образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию детей заключаются:

- в обеспечении вариативности и разнообразия содержания образовательного процесса по ОО «Физическое развитие»;
- в осуществлении образовательной деятельности на протяжении всего времени нахождения ребенка в дошкольном учреждении;
- в реализации двигательной деятельности в игровой форме;
- в возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и индивидуальным особенностям развития детей), обучение воспитанников в специфически детских видах двигательной деятельности;
- в повышении роли семьи при взаимодействии с дошкольным учреждением, включении родителей в образовательную деятельность, поддержке образовательных инициатив семьи по оздоровлению и физическому развитию детей;
- в организации развивающей предметно-пространственной среды как важнейшего условия успешной реализации ФГОС ДО по ОО «Физическое развитие».

Реализация задач по освоению содержания Программы происходит в двух основных формах организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;
- самостоятельной деятельности детей.

В детском саду время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	15 минут 20 минут 25 минут 30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	30 минут 40 минут 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна 90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
Показатели организации режима дня		
Показатель	Возраст	Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	4-7 лет	2,5 часа

Показатель	Возраст	Норматив
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

4.6. Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы является единым для ДОО. Инструктор по физкультуре вправе наряду с Планом проводить иные мероприятия согласно Программе воспитания, по ключевым направлениям воспитания и дополнительного образования детей.

Все мероприятия в детском саду проводятся с учётом особенностей Программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей детей.

Месяц	Праздники и памятные даты	Направление воспитания	Мероприятия	Ответственные
--------------	----------------------------------	-------------------------------	--------------------	----------------------

Январь	2-я неделя: Рождественская неделя	Социальное, физическое и оздоровительное	Развлечение «Рождественские игры»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: Зимняя олимпиада	Физическое и оздоровительное	Спортивные соревнования и эстафеты	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 27 января: День снятия блокады Ленинграда	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Музыкально-литературная композиция «Дети блокадного Ленинграда»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	4-я неделя: 27 января: День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Беседа о Великой Отечественной Войне (с презентацией). Почтение памяти всех погибших в годы Великой Отечественной Войны минутой молчания. Сюжетная композиция с построениями и перестроениями «Мы помним».	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Февраль	1-я неделя: 2 февраля: День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Беседа о Сталинградской битве (с презентацией). Рассматривание иллюстраций, картин и репродукций на тему войны.	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре

	воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)		Спортивный досуг «Победители»	
	2-я неделя: 8 февраля: День российской науки	Социальное, познавательное	Интеллектуальная викторина «Хочу всё знать!». Квест-игра «Приключения Незнайки»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)
	3-я неделя: 15 февраля: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое.	Музыкально-литературная композиция «Воины-интернационалисты»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 21 февраля: Международный день родного языка	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое.	Фольклорный праздник «Язык родной, дружу с тобой»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, учитель-логопед, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	4-я неделя: 23 февраля: День защитника Отечества.	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое, физическое	Спортивно-патриотический праздник «Зарница»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Март	1-я неделя: 8 марта: Международный женский день	Социальное, духовно-нравственное	Праздник «Мама милая моя»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре

	2-я неделя: Неделя Спорта	Физическое и оздоровительное, социальное	Спортивный «Марафон дружбы»	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: 18 марта: День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Музыкально-литературная композиция «Крымская весна» (с построениями и перестроениями)	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 27 марта: Всемирный день театра	Эстетическое, познавательное	Театрализованное представление «Путешествие в мир театра»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель инструктор по физкультуре (при необходимости)
Апрель	1-я неделя: День смеха	Социальное, эстетическое	Развлечение «Юморина»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	2-я неделя: 12 апреля: День космонавтики	Социальное, познавательное, физическое	Квест «Путешествие в космос»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: Выпуск детей в школу	Социальное, духовно-нравственное, эстетическое	Утренник «До свидания, детский сад!»	Воспитатели подготовительной группы, музыкальный руководитель, специалисты ДОО, инструктор по физкультуре

	4-я неделя: Экологическая неделя «Посади свой цветок»	Трудовое, социальное, духовно-нравственное	Посадка растений, экологическая акция «Сохраним Землю зеленой». Спортивно-экологическое развлечение «Лесные приключения»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Май	1-я неделя: 1 мая: Праздник Весны и Труда	Социальное, духовно-нравственное	Развлечение «Встречаем Первомай!»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	2-я неделя: 9 мая: День Победы	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое физическое	Акция «Бессмертный полк». Акция «Поздравим ветерана». Спортивная «Эстафета Памяти»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: 19 мая: День детских общественных организаций России	Социальное, духовно-нравственное, физическое и оздоровительное	Акция «Мы – волонтеры». Показательные выступления дошкольников, посещающих спортивные кружки и секции: - кружок по физкультуре «Здоровячок» (дети 4-5 лет); - оздоровительная «ЗОЖ-студия» (дети 5-6 лет); - спортивная секция «Атлетическая гимнастика» (дети 6-7 лет).	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 24 мая: День славянской письменности и культуры	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Развлечение «Откуда пришла азбука»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель,

				инструктор по физкультуре (при необходимости)
Июнь	1-я неделя: 1 июня: День защиты детей	Социальное, духовно-нравственное	Праздник «Дружат дети всей планеты!»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 6 июня: День русского языка	Познавательное, социальное, патриотическое	Литературный праздник «Говорим на русском». Развлечение «Русские народные игры»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, инструктор по физкультуре
	2-я неделя: 12 июня: День России	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое, физическое	Развлечение на улице «День России»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: 22 июня: День памяти и скорби	Духовно-нравственное, патриотическое	Тематическое занятие «Священная война»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	4-я неделя: Неделя профессий	Трудовое, социальное, духовно-нравственное, физическое	В рамках проекта «Город мастеров» тематическое занятие о профессии военного «Марш-бросок»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Июль	1-я неделя: 8 июля: День семьи, любви и верности	Социальное, духовно-нравственное, физическое	Тематическое занятие «Моя семья».	Воспитатели всех возрастных групп,

		и оздоровительное	Физкультурно-оздоровительное развлечение «Моя спортивная семья»	музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	2-я неделя: Неделя игры и игрушки	Социальное, трудовое, духовно-нравственное, физическое	Изготовление игрушек в «Творческой мастерской». Развлечение «Игры, которые мы любим»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: Неделя музеев	Познавательное, социальное, духовно-нравственное, эстетическое	Тематический проект «Музеи России». Интерактивная презентация «Музеи спорта».	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 30 июля: Международный день дружбы	Социальное, духовно-нравственное,	Развлечение «Дружба начинается с улыбки»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Август	1-я неделя: Экологическая неделя «Защитим природу от мусора»	Трудовое, социальное, духовно-нравственное	Экологический десант в лес (парк) совместно с родителями	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)
	2-я неделя: 12 августа: День физкультурника	Физическое и оздоровительное	Спортивный праздник «Сильные, смелые, ловкие!»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: 22 августа: День Государственного флага	Социальное, духовно-нравственное,	Праздник «Флаг России»	Воспитатели всех возрастных групп,

	Российской Федерации	патриотическое		музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 27 августа: День российского кино	Социальное, духовно- нравственное	Развлечение «Любимые мультфильмы»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Сентябрь	1-я неделя: 1 сентября: День знаний	Социальное, познавательное	Квест-игра «Буратино в гостях у ребят»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 3 сентября: День окончания Второй мировой войны	Социальное, духовно- нравственное	Беседа (с презентацией) «Горькая память войны»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)
	1-я неделя: 3 сентября: День солидарности в борьбе с терроризмом	Социальное, познавательное	Беседа о правилах антитеррористической безопасности. Тематическое занятие «Антитеррор»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре
	2-я неделя: 8 сентября: Международный день распространения грамотности	Социальное, познавательное	Развлечение «Книжкины друзья»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	3-я неделя: Неделя безопасности	Социальное	Тематический проект «Безопасная дорога»	Воспитатели всех возрастных групп,

			детства». Тематическое занятие «Правила безопасности»	специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: 27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников.	Социальное, духовно-нравственное, физическое	Развлечение «Наш веселый детский сад»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Октябрь	1-я неделя: 1 октября: Международный день пожилых людей	Социальное, духовно-нравственное	Развлечение «Бабушка рядышком с дедушкой»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 1 октября: Международный день музыки	Эстетическое, познавательное, физическое и оздоровительное	Творческий концерт «Юные таланты» Тематическое занятие «Музыка и спорт»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 4 октября: День защиты животных	Социальное, духовно-нравственное, физическое	Акция «Братья наши меньшие». Спортивное развлечение «Кто быстрее: человек или животное?»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 5 октября: День учителя	Социальное, духовно-нравственное, физическое и оздоровительное,	Беседа (с презентацией) «Это важное слово – Учитель». Спортивная эстафета, посвященная Дню учителя	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре

	2-я неделя: Региональная неделя	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое, познавательное	Тематический проект «Путешествие по родному краю»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	3-я неделя: Третье воскресенье октября: День отца в России	Социальное, физическое и оздоровительное	Спортивный праздник «Вместе с папой»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: Неделя туриста	Физическое и оздоровительное, социальное	Тематический проект «Тропой туриста»	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель (при необходимости)
Ноябрь	1-я неделя: 4 ноября: День народного единства	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Акция «Мы едины!»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	1-я неделя: 8 ноября: День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Тематическое занятие «Подвиги наших полицейских»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	2-я неделя: Неделя здоровья	Физкультурное и оздоровительное, социальное	Тематический проект «Здоровый образ жизни»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель,

				инструктор по физкультуре
	3-я неделя: 18 ноября: День рождения Деда Мороза	Эстетическое, социальное	Развлечение «Подарки для Деда Мороза»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	4-я неделя: Последнее воскресенье ноября: День матери в России	Социальное, духовно-нравственное	Музыкально-литературная композиция «Всё начинается с мамы»	Воспитатели всех возрастных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре (при необходимости)
	4-я неделя: 30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Тематический день «День Государственного герба России»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Декабрь	1-я неделя: 3 декабря: День неизвестного солдата	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Беседа (с презентацией) «Неизвестный солдат». Музыкально-литературная композиция «Памяти неизвестного солдата» (с построениями и перестроениями)	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	1-я неделя: 3 декабря: Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)	Социальное, духовно-нравственное	Беседа «Все мы разные, все мы едины»	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)

1-я неделя: 5 декабря: День добровольца (волонтера) в России	Социальное, духовно-нравственное, трудовое	Акция «Поможем другим людям»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)
1-я неделя: 8 декабря: Международный день художника	Эстетическое, познавательное	Творческая выставка рисунков «Юные художники». Спортивное развлечение «Художественная эстафета»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
1-я неделя: 9 декабря: День Героев Отечества	Социальное, духовно-нравственное, патриотическое	Беседа (с презентацией) «История праздника «День Героев Отечества».	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре (при необходимости)
2-я неделя: 12 декабря: День Конституции Российской Федерации	Социальное, духовно-нравственное	Тематическое занятие «Права ребенка». Эстафета «Спортивная карусель», посвященная Дню Конституции.	Воспитатели старших и подготовительных групп, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре
3-я неделя: Неделя в «Мастерской Деда Мороза»	Трудовое, эстетическое, социальное	Трудовая акция «Украсим группу и прогулочный участок к Новому Году»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель (при необходимости), инструктор по физкультуре

				(при необходимости)
	4-я неделя: 31 декабря: Новый год	Эстетическое, социальное	Новогодний праздник «В гостях у Деда мороза»	Воспитатели всех возрастных групп, специалисты ДОО, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре

4.7 ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Маленькие насекомые»	2-я неделя тема «Превращения»	3-я неделя тема «Там, где живет гном»	4-я неделя тема «Веселый гномик»
<p>Программные задачи: - развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в различных направлениях; - учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; - упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в колесе по одному; умении держать круг. - учить энергично отталкиваться 2-мя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; - закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой»; - способствовать участию детей в совместных играх.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; - поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; - продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: подъем по ступенькам в спорт. зал.</p>				

Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами за инструктором, ходьба и бег всей группой в прямом направлении за инструктором. Ходьба на носках, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	без предметов	без предметов	без предметов	без предметов
Основные виды движений	1. Танец-игра «Совсем как червячки» 2. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором «Бабочки»	1. Ходьба с высоким подниманием колен и на носочках в прямом направлении «Солдаты и куклы» 2. Упр. «Гномы», «Мячик», «Мышки и мишки»	1. Ходьба «Паровозик» 2. Упр. «Строим дом»	1. «Пойдем по дорожке» 2. Упр. в партере «Песенка грибная»
Подвижные игры	«Собачка Жучка»	«В лес к медведю», «Вороны»	«Гном», «В лес к медведю»	«Ежик - грибник»
Заключительная часть	«Паровозик» - спокойная ходьба по ребристой (массажной) доске	Упр. «Части тела» «Паровозик» - спокойная ходьба по ребристой (массажной) доске	Упр. «Части тела» «Паровозик» - спокойная ходьба по ребристой (массажной) доске	Ходьба по кругу за инструктором.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ
ОКТАБРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Этапы занятия	тема «Мишуткины друзья»	тема «Детская площадка»	тема «Веселый огород»	тема «Строим новый муравейник»
<p>Программные задачи: - развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, - согласовывать движения, ориентироваться в пространстве; - сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания; - умение энергично отталкиваться 2-мя ногами и правильно приземляться; - закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.</p> <p>Задачи в интеграции: - воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей; - развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; - учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице.</p>				
Вводная часть	Ходьба на носках, с выполнением заданий. Бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления; останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Б/п «Дрессированные медведи»	С игрушками	С мячиками «Овощи на грядке»	Сидя на скамейке «Вот мы в автобусе сидим»
Основные виды движений	1. Ходьба на носочках «Куклы», 2. Упр. «Попрыгаем» 3. Упражнять для рук «Птицы – пальчики»	1. Ходьба «Что умеют наши ножки» 2. Упр. «Лягушата» 3. Упр. с мячом «Котенок»	1. Хороводная игра «Репка» 2. Упр. с мячом «Вейся капуста» 3. Упр. «Фасолька» (ползание). 4. Пальчиковая «Мы капустку рубим-рубим»	1. Ползание на средних, высоких и «задних низких» четвереньках. 2. Упр. «Домик муравья». 3. Упр. «Тук, ток» 4. Ползание на четвереньках.
Подвижные игры	«Перелетные птицы»	«Котофей»	«Гости ходят в огород»	«День и ночь»

Заключительная часть	Упр. «Воробьи чирикают», Ходьба «За игрой»	Игра «У дедушки Егора», Ходьба.	Песня-игра «Вот как пальчики гуляют», ходьба.	. Песня – игра «Веселые строители»
-----------------------------	---	------------------------------------	---	------------------------------------

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ**

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Комар-Комарович»	2-я неделя тема «Кто, где живет?»	3-я неделя тема «Грибная пора»	4-я неделя тема «В гостях у Матрешки»
<p>Программные задачи: - продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; - закреплять умение ползать; - закреплять умение ловить мяч, брошенный воспитателем. - продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <p>Задачи в интеграции: - развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх,</p> <ul style="list-style-type: none"> - поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; - помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом. 				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.			
ОРУ	С лентами	Без предметов	Б/п «Облака беспечные»	

				Б/п «Матрешки»
Основные виды движений	1. Упр. в равновесии «Медведь». 2. Упр. «Дарики – комарики» (самомассаж). 3. Упр. «Зайки – мягкие лапочки» (прыжки)	1. Игра «Птички» 2. Упр. «Лисичка». 3. Упр. «Змея» 4. Упр. «Медвежонок» 5. Массаж шишками 6. «Белочка играет» (прыжки)	1. Игровое упр. «Твой грибок» 2. Бег в рассыпную «Тучка» 3. «Прокати – не задень» (с мячом).	1. Упр. «Веселые ладошки». 2. Упр. «Смотри в окошко». 3. «Игра «Машинист и зверята». 4. Игра-упр. «Перейти через лужу»
Подвижные игры	«Комары и медведь»	«Мыши в кладовой»	Танец-игра «Опята – дружные ребята»	«Карусель»
Заключительная часть	Упр. «Еж» И.М.П. «Ежик считает грибы» Ходьба «Грибная электричка»	Ходьба «Листопад»	Упр. в партере «Бабушкин гном», ходьба.	Упр. «Ножки-шалунишки». Массаж «Поиграем с ушками». Ходьба.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ**

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «Игрушечный городок»	2-я неделя Тема «Зимний лес»	3-я неделя Тема «Новогодние подарки»	4-я неделя Тема «Новый год»
<p>Программные задачи: - упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. - дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ. упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма; - приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p>				

Задачи в интеграции: - постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений; - поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; - развивать диалогическую форму речи.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	С погремушками
Основные виды движений	1. Ходьба «Туда-сюда». 2. Упр. «Пройди – не задень». 3. «Барабан» (прыжки).	1. Прокатывание мячей друг другу 2. Прыжки со скамейки «Три веселых зайчика»	1. Ползание под дугу «Проползи – не задень» 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. Ползание по доске с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие «Пройди по мостику»
Подвижные игры	«Петушки и лисичка»	«Зайчики и лисичка»	«Игрушки»	«Важенка и оленята»
Заключительная часть	Дых. гимн. «Шарик», Пальчиковая «Елово-ежовый стишок»	Ходьба друг за другом	Упр. «Кормушка»	Ходьба по залу «Новый год»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ
ЯНВАРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «Рукавичка»	2-я неделя Тема «Любимые сказки»	3-я неделя Тема «Домашний зоопарк»	4-я неделя Тема «Игры во дворе»

<p>Программные задачи: - упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; - развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; - повторить прыжки с продвижением вперед; - учить подбрасывать прямо перед собой и ловить двумя руками мягкую игрушку, не роняя ее; - укреплять мышцы рук и плечевого пояса в ползании на четвереньках.</p> <p>Задачи в интеграции: - постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений; - поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; - познакомить с признаками зимы.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий			
ОРУ	С платочками	С обручем	С игрушками «Мои друзья»	С малым обручем
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (20 см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5 см)	1. Прыжки «Поросята-Бельчата» 2. Упражнение с мячом «Прокати яйцо»	1. Упр. «Безопасный полет». 2. Упр. «Покатаем». 3. Игра-упр. «Найди и покружись»	1. Ходьба «Буренка», бег «Лошадushка». 2. Прыжки «Веселые воробы». 3. «Ловко и быстро» прокатывание мяча.
Подвижные игры	«Игра в снежки»	«Волк и поросята»,	«Слон и мышь»	«Воробы и ворона»
Заключительная часть	Массаж шишками	Пальчиковая гимнастика «Этот толстый поросенок»	Массаж шишками «Мишутка играет». Ходьба	Массаж прищепками «Птички клюют». Ходьба.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
 ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ**

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «Спасение Снеговика»	2-я неделя Тема «Магазин игрушек»	3-я неделя Тема «Солдатики на параде»	4-я неделя Тема «Веселые котята»
<p>Программные задачи: - продолжать развивать умение энергично отталкиваться 2 ногами и правильно приземляться в прыжках на месте;</p> <p>- закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем;</p> <p>- продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Задачи в интеграции: - развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p>				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки «Зайчата» 2. Равновесие «Перешагни – не наступи»	1. Упр. в лазанье по гимнастической стенке «Обезьянки» 2. Ходьба по скамье «Бегемот»	1. Упр. «Меткий бросок» Перекидывание мяча через ленту, пролезание под лентой сгруппировавшись.	1. Лазанье под дугу в группировке «Найди мышку в норке» 2. Равновесие «Пройди по мостику»
Подвижные игры	«Спит медведь»	«Лошадка и кучер»	«Салют»	«Мышки водят хоровод»
Заключительная часть	Танец «Пляска лесных зверят»	Ходьба по кругу	Ходьба по кругу	Игра «Достань до бантика»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ**

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Встречаем весну»	2-я неделя Тема «На весенней полянке»	3-я неделя Тема «День рождения хомячка»	4-я неделя Тема «Сказки Корнея Чуковского»
<p>Программные задачи: - развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре; - разучить прыжки в длину с места; - закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; - продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания. <p>Задачи в интеграции: - развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p>				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	С кубиками	Без предметов «Весна»	С мячом «С днем рождения»	Без предметов «Веселая зарядка»
Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Упр. «Стрекозы» 2. Прыжки «Зайчики» 3. Пальчиковая гимнастика «Зайка и ежик» 4. Упр. «Что ж ты, еж,	1. Упр. с мячом «Брось – поймай» 2. Ползание на повышенной опоре «Проползи по мостику»	1. Ползание на четвереньках «Медвежата» 2. Ходьба по скамье «Лисичка»

		такой колючий» 5. ОВД с мячом «Орех»		
Подвижные игры	«Кролики»	«Солнышко и тучка», «Цветные домики»	«Подарки от ежика»	«Зайчики и автомобили»
Заключительная часть	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упр. «Кто как кричит» Ходьба.	Ходьба	Ходьба.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ**

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Кто, как ходит»	2-я неделя Тема «В весеннем лесу»	3-я неделя тема «Весна»	4-я неделя тема «Колобок»
Программные задачи: - продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения; - закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.				
Задачи в интеграции: - развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов	С обручем	Б/п «Весна, весна на улице»	Б/п «Прыг-скок»

Основные виды движений	1. Ходьба «Кто как ходит». 2. Прыжки «Зайка». 3. Упр. «Ежик» (сгруппироваться). 4. упр. Ветерок. 5. Упр. «Трава»	1. Ходьба «По дороге в лес». 2. Ползание «Медвежата». 3. Упр. «Зайка и охотник». 4. Упр. «Лиса». 5. Прыжки «Лягушки». 6. Упр. «Мошка», «Голуби»	1. Ходьба Кто по мостику пойдет». 2. Упр. «Дождик». 3. Упр. «Прыжки через лужу» 4. Упр. «Бабочки» 5. Упр. «Лягушата»	1. Логоритмика «Колобок» 2. Игра «Зайка с морковкой». 3. Упр. «Медведь». 4. Упр. на дых. «Ой-ой». 5. Упр. «Лисички»
Подвижные игры	«Ерема и клубочки» «Домовой»	«Забрела в наш лес коза»	«Курочка и цыплята» «Кот и мыши»	«Грибы-шалуны» «Где же колобок?»
Заключительная часть	«Кто ушел»	Упр. на дыхание «Солнышко». Ходьба.	Массаж «Маша ела кашу». Ходьба.	Ритмопластика «Колобок»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППЕ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ
МАЙ**

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «Страна Мышляндия»	2-я неделя Тема «Птицеград»	3-я неделя Тема «Смешные человечки»	4-я неделя Тема «В гостях у ежика»
<p>Программные задачи: - закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, враспынную, с перешагиванием через предметы; - ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Задачи в интеграции: - развивать диалогическую форму речи.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			

ОРУ	С игрушками-оригами «Летучая мышка»	С мячами «Кукарача»	С флажками	Без предметов «Колючий ежик»
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках «Мышемух» 2. Упр. в партере «Воздушные шарик», «Книги»	1. Прыжки с гимн. скамьи 2. Упр. в прокатывании мяча друг другу.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамье.	1. Лазание на наклонную лесенку. 2. Игра-упражнение «Прятки. Ежик Пых-Пых»
Подвижные игры	«Кот Афоня»	«Воробушки и сова»	«Жуки и курица»	«Ежик и дети»
Заключительная часть	Пальчиковая игра «Мышонок» Ходьба «Мышонок с узелком»	Игра м/подвижности «Катись, катись, яичко» Ходьба в колонне по одному	Игра м/подвижности «Найди жучка»	Массаж рук орешками и шишками «Белка на тележке»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Осенний бал у насекомых»	2-я неделя тема «Заячья полянка»	3-я неделя тема «Осенняя ярмарка»	4-я неделя тема «Подарки осени»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге по одному, беге врассыпную, продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; - упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании; - упражнять в прокатывании мяча, - упражнять в лазании под шнур, умении группироваться. <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх;</p> <ul style="list-style-type: none"> - поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; - приучать детей слушать тексы (команды) и выполнять соответствующие тексту движения. 				
Вводная часть	Ходьба и бег в чередовании в колонне по одному; ходьба с остановкой по сигналу педагога; бег врассыпную (в чередовании с ходьбой); ходьба с выполнением заданий.			
ОРУ	б/п «Насекомые расправляют крылышки»	С осенними листочками	С мячом «Песенка овощей»	С малыми обручами «Теремок»
Основные виды движений	<p>1. ходьба друг за другом по узкой дорожке (ширина 15 см) «Гусеница».</p> <p>2. Бег по узкой дорожке</p>	<p>1. Прыжки «Зайчишка-трусишка».</p> <p>2. Упр. в прокатывании мячей друг другу «Урожай капусты»</p>	<p>1.Прокатывание мячей друг другу «Вот какой урожай».</p> <p>2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола (высота</p>	<p>1. Лазание под шнур «Рыжая песенка».</p> <p>2. Упр. в ходьбе на носках по доске «Ежик Фыр».</p>

	«Жучок». 3. Прыжки «Кузнечик-озорник».		от уровня пола 50 см) «Калинка моя».	
Подвижные игры	«Найди себе пару» с разноцветными ленточками	«Зайцы и лиса»	«Огуречик-человечик»	«Смело по лесу идем»»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Самомассаж «Устали овощи» Заключительная ходьба «Едет трактор по полям»	Массаж рук «Орешки от белочки»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Утиная семейка»	2-я неделя тема «Белочки и зайчики»	3-я неделя тема «Подарки для принцессы»	4-я неделя тема «Ягодная поляна»
<p>Программные задачи: - учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; - упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжке с продвижением вперед, в прыжках из обруча в обруч; - закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивать точность направления движения.</p>				

Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; - приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по команде педагога переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры; ходьба с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка; Ходьба и бег змейкой между предметами.			
ОРУ	С косичками «Червяк Вяз-Вяз»	Б/п «Зайчики и белочки»	С мячом «Подарите мне подарок»	С маленькими мячиками «Ягодки»
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке . 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 2. Прокатывание мячей друг другу либо прокатывание мяча между 4-5 предметами «Посмотрите-ка на мячик» 	<p>Упр. «Дети любят играть»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание под шнур, не касаясь руками пола (3-4 раза). 2. Прокатывание мяча в прямом направлении . 	<p>Упражнение «После дождика»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под дугу (высота 50 см) не касаясь руками пола. 2. Равновесие – ходьба по доске (ширина 15 см), положенной на пол, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (3-4 раза). 3. Прыжки на двух ногах между «лужами»
Подвижные игры	«Гуси и волк»	Пальчиковая игра «Белочки» п/и «Грибочки и грибники»	«Коробка с подарком»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ
НОЯБРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Город машин»	2-я неделя тема «Грибная поляна»	3-я неделя тема «На ферме»	4-я неделя тема «Кукольный парад»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, между предметами, врассыпную, на носочках; - упражнять в прыжках на двух ногах, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках»; - упражнять в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками, в прокатывании мяча друг другу; - закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - повторить ползание на четвереньках.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; учить взаимодействовать в парах, действовать сообща – командой. - приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, с выполнением заданий по сигналу педагога; ходьба в хороводе по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу педагога; бег врассыпную, легкий на носочках;			
ОРУ	С кубиками «Грузо-грузовик»	б/п «Грибы»	С мячом «Хрюшка играет во дворе»	С флажками «Кукольный парад»
Основные виды	Упражнение «Пешеходы» 1. Равновесие – ходьба по	1. прыжки на двух ногах между предметами	1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками	1. Ползание по гимнастической скамейке

движений	гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах «Резиновые шины»	«Капризный дождик». 2. Игра-импровизация с осенними листочками	«Мой веселый мяч» 2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени «Блоха – путешественница»	на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки (2-3 раза). 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом
Подвижные игры	«Веселый трамвайчик»	«Мышки и Сова»	«Лиса и куры»	«Солдатики и куклы»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу	Упражнение на восстановление дыхания «Осень» Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Встречаем зиму с лесными друзьями»	2-я неделя тема «Волк и семеро козлят»	3-я неделя тема «На Севере»	4-я неделя тема «Новогодние забавы»

<p>Программные задачи: - развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; - учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; - упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; - упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие; - развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами, при перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; - развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично; - приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в чередовании в колонне по одному; ходьба с остановкой по сигналу педагога; бег врассыпную (в чередовании с ходьбой); ходьба с выполнением заданий, ходьба в парах.			
ОРУ	С платочками	С мячиками «Клубочки»	Б/п «Пингины»	С кубиками «Подарок на Новый год»
Основные виды движений	<p>1. Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>2. Прыжки через 4-5 брусков</p>	<p>1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами</p>	<p>1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке «Медведи».</p> <p>2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м (способ – двумя руками снизу)</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки «Ледяная горка».</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом «Скользкий мостик»</p>
Подвижные игры	«Дудочка и Медведь»	«Козлята и волк»	Танец-игра «Веселые снежки»	Игра с куполом «Метелица»
Заключительная	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Игра м/п «Новогодний каравай»

часть				
-------	--	--	--	--

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Где живет Слонопотам?»	2-я неделя тема «Веселые котятка»	3-я неделя тема «Цирк»	4-я неделя тема «Дом для гнома»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; в ходьбе со сменой ведущего; - формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; - развивать ловкость в упражнениях с мячом: отбивании мяча, прокатывание между предметами, перебрасывании мяча друг другу; - повторить упражнения в прыжках; - закреплять умение правильно подлезать под шнур.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; - приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами змейкой; ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег врассыпную и друг за другом.			
ОРУ	С обручем «Слоны на паутине»	С мячом «Кисонька»	С косичкой «Цирковая разминка»	С обручем «Гномики»

Основные виды движений	<p>1. Равновесие – ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева</p>	<p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол 2-3 раза подряд и ловля его двумя руками, прокатывание мяча вперед и бег за ним.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке «Я – кошка»</p>	<p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке «Милый клоун».</p> <p>2. Бег прямым галопом «Наездники»</p> <p>3. Игра на внимание «Факир»</p>	<p>1. Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд (4-5 штук), на расстоянии 0,5 м один от другого</p>
Подвижные игры	«Слон, мышата и кот»	«Кот и мышки»	«Озорные обезьянки»	«Эники-Беники»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу	Дыхательное упражнение «Шарик»	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Зайкин день»	2-я неделя тема «Жил на свете Чудо-Юдо»	3-я неделя тема «Как Петя собирался стать солдатом»	4-я неделя тема «Юные моряки»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе с изменением направления движения;</p> <p>- повторить задания в прыжках: через бруски, в прыжках из обруча в обруч;</p> <p>- развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами;</p> <p>- упражнять в меткости при метании в горизонтальную цель – щит.</p>				
<p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; учить взаимодействовать в парах, действовать сообща –</p>				

<p>командой.</p> <p>- приучать детей слушать тексы (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p> <p>- воспитывать чувство любви к Родине, гордости за героизм нашего народа.</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; ходьба и прыжки между расставленными в одну линию предметами; бег врассыпную, легкий на носочках; ходьба и бег врассыпную			
ОРУ	Б/п «Три веселых зайчика»	С мячом «Остров Чимби-Римби»	Б/п «Солдатская зарядка»	С флажками «Морядка»
Основные виды движений	<p>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше, сойти со скамьи, не спрыгивая).</p> <p>2. Прыжки через бруски (высота бруска 10 см), расстояние между ними 40 см</p>	<p>1. Прокатывание мячей между предметами «Делай как динозавр».</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч (5-6 обручей) на двух ногах «По следам динозавра».</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель – щит диаметром 50 см правой и левой рукой (способ - от плеча) «Сложная атака».</p> <p>2. Прыжки на лошадке-палочке между предметами «Ковалеристы»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом: на середине присесть, руки вынести вперед «Морское такси».</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на пояс «Почини якорную цепь».</p>
Подвижные игры	«Охотники и зайцы»	«Малыши динозавры и Тирекс»	«Летчики – от винта»	«Акуленок и акула»
Заключительная часть	Игра м/п «У оленя дом большой»	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Птичий двор»	2-я неделя тема «Машинки»	3-я неделя тема «Мой веселый мяч»	4-я неделя тема «Пожарные на учении»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения ; в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога; в ходьбе и беге змейкой, враспынную;</p> <p>- упражнять в прыжках в длину с места; в бросании мячей через сетку и прокатывании мячей между предметами;</p> <p>- упражнять в ползании на животе по скамейке, в ползании «по-медвежьему»;</p> <p>- повторить упражнения в равновесии.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх;</p> <p>- развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично;</p> <p>- приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения, бег враспынную; ходьба с выполнением заданий по команде педагога; ходьба и бег змейкой, с остановкой по сигналу педагога.			
ОРУ	Б/п «Курочка пеструшка»	с обручами «Винтик и Гайка»	с мячом «Мой мяч»	с флажками «Песня пожарных»

Основные виды движений	Упр. «Ручеек» 1. Ходьба и бег на носках между 4-5 предметами, расставленными на расстоянии 0,5 м один от другого. 2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м)	1. Прыжки в длину с места «Винтик». 2. Перебрасывание мячей через шнур «Веселые строители»	1. Прокатывание мячей между предметами. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». 2. Равновесие – ходьба по доске, положенной на пол. 3. Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну линию.
Подвижные игры	«Цыплята и ястреб»	«Птички и машинки»	Песенка-игра «Части тела»	«Потушить пожар»
Заключительная часть	Игра м/п «Прятки – найди цыплят» Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Залетела к нам оса»	2-я неделя тема «Лунатики и дети»	3-я неделя тема «День птиц»	4-я неделя тема «Лягушачий хор»

<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе и беге враспынную;</p> <p>- упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность,</p> <p>- закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места</p> <p>- повторить ползание на четвереньках, упражнять в равновесии.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх;</p> <p>- развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично;</p> <p>- приучать детей слушать тексы (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную; ходьба по кругу, взявшись за руки; ходьба с выполнением заданий по сигналу педагога.			
ОРУ	б/п «Залетела к нам оса»	с кеглей «Лунатики»	с мячом «Довольная утка»	с косичкой «Песенка Квакша»
Основные виды движений	<p>Упр. «Черепашка Пашка»</p> <p>1. Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>Упр. «Котенок»</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через препятствия (высота брусков 6 см), поставленных на расстоянии 40 см один от другого.</p>	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние до цели 2,5 метра).</p>	<p>Упр. «Непойми чегошка»</p> <p>1. Метание мешочков на дальность.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени</p>	<p>Упр. «Любопытный лягушонок»</p> <p>1. Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5-6 плоских обручей; можно положить круги из косичек)</p>
Подвижные игры	«Допрыгни до осы»	Игра-аттракцион «Метеоритный дождь»	«Чирик»	«Цапля и лягушата»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу.	Бег по залу враспынную. Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Упр. на дыхание «Жаба Квакша» Заключительная ходьба по

				залу.
--	--	--	--	-------

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя тема «Весна. Цветы»	2-я неделя тема «Насекомые весной»	3-я неделя тема «Домашние животные»	4-я неделя тема «Ежик и бельчата»
<p>Программные задачи: - упражнять детей в ходьбе и беге парами, в ходьбе со сменой ведущего; - упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; - тренировать умение совершать прыжки в длину с места; прыжки через короткую скакалку; - развивать ловкость в упражнениях с мячом; - повторить ползание по скамье на четвереньках, на животе; упражнять в равновесии.</p> <p>Задачи в интеграции: - способствовать участию детей в совместных играх; - развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично; - приучать детей слушать тексты (команды) и выполнять соответствующие тексту движения.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег парами и враспынную; ходьба со сменой ведущего; ходьба с высоким подниманием колен; ходьба и бег с выполнением заданий.			
	б/п «Одуванчики»		с палкой «Собака, кошка и	с мячом «По лесу ежик

ОРУ		с кубиками «Жучков мы в лесу нашли»	«свинья»	«шел»
Основные виды движений	<p>Упр. «Гуси идут»</p> <p>1. Равновесие – ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 30-40 см).</p>	<p>1. Прыжки в длину с места через шнур (ширина 40-50 см).</p> <p>Упр. «День рождения бабочки»</p> <p>2. Перебрасывание мячей друг другу.</p>	<p>Упр. «Козочка Алиска»</p> <p>1. Прыжки через короткую скакалку.</p> <p>Упр. «Поросята»</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе (2 раза). Упражнения в ползание выполняются двумя колоннами.</p>	<p>Упр. «Маленькие ежики»</p> <p>1. Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>Упр. «Бельчата»</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м).</p>
Подвижные игры	«Найди свой цветок»	«Бабочки и сачок»	«Игра движений»	«Мы делили апельсин»
Заключительная часть	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу	Заключительная ходьба по залу

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

СЕНТЯБРЬ

<p align="center">Приоритетные задачи</p>	<ul style="list-style-type: none"> - учить детей перестраиваться в 3 колонны; формировать навык коллективных действий; - учить катать обруч в прямом направлении, пролезать в обруч боком без помощи рук; - упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе с выполнением заданий; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед; - упражнять детей в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин. - формировать умение управлять мячом, передавая его над головой соседу сзади; укреплять мышцы плечевого пояса; - развивать координацию, ориентацию в пространстве, выносливость. 			
<p align="center">Задачи в интеграции</p>	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - формировать представление о цвете, связи цвета с предметами окружающего мира; - способствовать обогащению активного словаря, развитию образной речи. <p><u>Предпосылки учебной деятельности:</u> умение совершать произвольный выбор предмета по заданным характеристикам (только определенный цвет; цвет, соответствующий предмету).</p>			
<p align="center">№ занятия</p>	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
<p align="center">1 часть: вводная</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий; Легкий бег (1 мин.) Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий Ходьба и бег в чередовании (общее время 1,2 мин.) Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Музыкальная разминка «Песенка-икалочка» Ходьба с упражнениями для рук. Бег с остановкой и поворотом в другую сторону</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий Бег прямо и спиной вперед продолжительностью до 1 мин. Перестроение в 2 колонны.</p>

ОРУ	ОРУ без предметов Ритмическая гимнастика «Часики»	ОРУ без предметов Ритмическая гимнастика «Ла, ла, ла»	ОРУ с мячом «Светлячок»	ОРУ с обручем «Лягушонок Фрог»
2-я часть: основные виды движений	Партерная гимнастика: Упражнение «Баба Яга»; «Жук». ОВД – ходьба по гимнастической скамье с мешочком на голове.	Упражнение на растяжку в партере «По потолку гуляет муха»	ОВД с мячом «Хомяки» Упражнение на растяжку в партере «По потолку гуляет муха» Пальчиковая игра «Танец мух»	Игра-упр. с обручами «Скучно, скучно так сидеть» ОВД с обручами 1. Прыжки на двух ногах через обручи; надевание обруча на себя сверху вниз через голову; пролезание боком через обручи. 2. Катание обручей
Подвижные игры	1. Эстафета с мячом; 2. Эстафета «Полоса препятствий»	Игра «Салют» Игра «Ассоциации»	Подвижная игра «Паук и мухи»	Подвижная игра «Ловля бабочек»
3-я часть: заключительная	Игра «Тарарам-шурум-бурум» Упражнение на дыхание «Обними плечи» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Игра на внимание «Рыбалка» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Упражнение «Лягушка» (оздоровительное упражнение для верхних дыхательных путей). Упражнение «На полянке» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Упражнение на дыхание «Жук». Игра на внимание и координацию «Нос, нос, ухо». Упражнение на расслабление. Перестроение в одну колонну и выход из зала.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

ОКТАБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - учить прыгать боком через веревку, лежащую на полу; - разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; - совершенствовать навык перебрасывания мяча друг другу обеими руками снизу, стоя в шеренгах, ведения мяча; - упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по бруску в полуприседе, ползание под дугами); - развивать координацию движений, 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества - формировать образно-пространственное мышление. 			
№ занятия	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Ходьба с выполнением заданий: * Ходьба боком по бруску в полуприседе; * ходьба по скамье через метболы (4 шт.); * ползание под дугами; * прыжки боком через веревку, лежащую на полу; * ходьба по скамье на носочках, руки вытянуты вверх.</p> <p>Бег прямо и подскоки с продвижением вперед (продолжительностью до 1</p>	<p>Музыкальная разминка «Мы идем по кругу»</p> <p>Ходьба в колонне по одному, с сигналом: «Поворот!»</p> <p>Бег с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий «Веселый паровоз».</p> <p>Боковой галоп, легкий бег (2-3 круга).</p> <p>Перестроение в 2 колонны.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному «змейкой» между предметами.</p> <p>Подводящее упражнение «Деревья и птицы».</p> <p>Бег по кругу «Летите голуби».</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>

	мин.) Перестроение в 2 колонны.			
ОРУ	ОРУ без предметов «Чучело – Чебучело»	ОРУ с гимнастическими палками «Тук, тук, тук»	ОРУ с мячами «Буратино»	ОРУ (без предметов) «Песня про картошку на привале»
2-я часть: основные виды движений	Партерная гимнастика: упражнение «Паучок-старичок» ОВД Игра – эстафета «Принеси предмет»	Партерная гимнастика: упражнение «Паучок-старичок»; Упражнение «Штангист». ОВД (прыжки со скамейки) Игра «Буль-буль»	ОВД <u>1 подгруппа:</u> 1. Ходьба по гимн. скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Стоя на четвереньках провести мяч, отталкивая его головой через дуги. <u>2 подгруппа:</u> 1. «Качалочка» 2. «Лодочка» Упражнение с мячами «Перебрасывание»	ОВД 1. Ползание – пролезть в обруч боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимн. скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше. 3. Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см.
Подвижные игры	Подвижная игра «Кролики»	Игра - соревнование «Скамейка» Игра – аттракцион «Две из трех»	Подвижная игра «Вини Пух и осы» (1-е занятие). Эстафета «Два мяча» (2-е занятие).	Эстафета «Посадка и уборка урожая»
3-я часть: заключительная	Массаж спины «Печатаем на компьютере» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Массаж «Мы сами с усами». Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Игра малой подвижности «У кого мяч?» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Массаж спины «Веселые строители» Перестроение в одну колонну и выход из зала.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

НОЯБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - обучать строевым упражнениям в перестроение из одной шеренги в две; перестроению в 4 колонны биением на пары; - упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; - упражнять в прыжках с высоты; - развивать координацию движений при перебрасывании мяча; 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - закрепить знания детей о профессии спасателей-пожарных; - закрепить знания детей об опасных ситуациях, причинах возникновения пожара и правила поведения при пожаре; 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Парные подскоки»</p> <p>Перестроение в 4 колонны.</p>	<p>Разминка «10 веселых гномов»</p> <p>Перестроение в 2 колонны. Перестроиться в 4 шеренги.</p>	<p>Разминка «Сапожок»</p> <p>Перестроение в 4 колонны.</p>	<p>Разминка «Марш пожарных»</p> <p>Ходьба с высоким подъемом колен;</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>
ОРУ	<p>Танцевальная аэробика «Шоколад»</p>	<p>Ритмическая гимнастика с гимнастическими палками «Настоящая метла»</p>	<p>ОРУ с мячом. «Веселый мяч»</p>	<p>ОРУ «Песня о пожаре»</p>

<p>2-я часть: основные виды движений</p>	<p>Партерная гимнастика: Упражнение «Капризные ножки»; «Шалтай – Болтай»</p> <p>ОВД Ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом, руки на пояс (2-3 раза).</p>	<p>Партерная гимнастика: Упражнение «Гном и Мышь»</p> <p>ОВД Прыжки с продвижением вперед. Упражнение на равновесие.</p>	<p>Упражнения в партере для стоп. ОВД. - Ведение мяча на месте. Игра «Быстрый мячик»</p> <p>Ведение мяча одной рукой, двигаясь вперед шагом.</p>	<p>Игра на внимание «Не ошибись!»</p> <p>Эстафета «Найди очаг возгорания»</p> <p>Эстафета «Спасение»</p>
<p>Подвижные игры</p>	<p>Игра-эстафета «Перебрось мяч»</p>	<p>Подвижная игра «Баба Яга»</p>	<p>Игра-эстафета «Передача мяча в тоннеле».</p>	<p>Игра «Пожарные на учении»</p>
<p>3-я часть: заключительная</p>	<p>Игра м/п «Не урони мяч» Массаж спины «Печатаем на компьютере»</p>	<p>Игра м/п «Улитка»</p>	<p>Игра м/п «Путаница»</p>	<p>Дыхательная гимнастика «Насосы»</p>

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

ДЕКАБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; - упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; - повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; - упражнять в ползании и переброске мяча; в лазанье на гимнастическую стенку; - закреплять умение перепрыгивать из обруча в обруч. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения; - развивать эмоциональную выразительность, чувство ритма, двигательное творчество. - уточнять и активизировать словарь по теме: «Зимующие птицы», «Дни недели». 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	Разминка «Холодно, замерзли ручки» Упражнение «Сонный мишка» (ходьба на полупальцах) Упражнение на дыхание «Снежинка» Перестроение в круг.	Упражнение «Солдатики – куклы» Разминка в четверках «Карабас и тарантас» Перестроение в 4 колонны.	Ритмическая гимнастика «Северное царство». Упражнения для мышц шеи, развитие дыхания. Легкий бег «Зимушка – зима». Перестроение по кругу в парах.	Ходьба «Ель, елка, елочка» Боковой галоп по кругу. Перестроение в 3 колонны.
ОРУ	Гимнастика для лица самомассаж «Озорные мишутки»	Ритмическая гимнастика «Танец игрушек»	Ритмическая гимнастика в парах «Льдинки, ветер, мороз»	ОРУ с мячиками - снежками
2-я часть: основные	ОВД	Упражнения в партере.	ОВД	ОВД

виды движений	1. Ходьба с выполнением заданий; 2. Равновесие - ходьба по наклонной доске боком, 3. Прыжки на двух ногах через бруски	«Неваляшка»; «Ванька – Встань-ка» Подводящее упражнение «Аист» ОВД. Упражнение в прыжках «Попрыгунчик»	Эстафета «С льдины на льдину» *прыжки из обруча в обруч; * ползут по гимнастической скамейке на животе.	<u>1 подгруппа:</u> эстафета «Снежный ком»; <u>2 подгруппа:</u> упражнение «Альпинист» Перестроение в общий круг. Массаж лица «Белый мельник»
Подвижные игры	Подвижная игра «Мороз – красный нос»	Подвижная игра «Ловишки с мячом»	Подвижная игра «Ловля оленей»	Подвижная игра «Снежная баба»
3-я часть: заключительная	Упражнение на дыхание. Пальчиковая гимнастика «Греемся на морозе»	Упражнение на дыхание. Игра – превращалка «Почему»	Игра м/п «Северные птицы» Игра на дыхание и звукоподражание «Снежные бои» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Массаж спины «Кормушка». Перестроение в одну колонну и выход из зала.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

ЯНВАРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; - продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; - упражнять в прыжках с ноги на ногу, закреплять умение детей легко перепрыгивать веревку на двух ногах, мягко приземляясь на обе ноги; - совершенствовать навык подбрасывания мяча вверх и ловли его двумя руками; - упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; - упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; - формировать у детей устойчивый интерес к подвижным играм, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - формировать образно-пространственное мышление; закреплять знания детей о геометрических фигурах; -учить действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - учить менять движение в соответствии с изменениями содержания песни; развивать чувство ритма. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Веселая мышка»</p> <p>Бег змейкой между расставленных в шахматном порядке кубиков.</p> <p><u>Строевые упражнения:</u> перестроение в две колонны; перестроение в 4 шеренги</p>	<p>Разминка «Ферма старого Макдональда»</p> <p>Легкий бег продолжительностью 1 мин.</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Ритмическая разминка «Раз, два, три»</p> <p>Бег вокруг мячей «Кто быстрее» (продолжительностью до 1, 5 мин.)</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Разминка в парах «Веселый круг»</p> <p>Перестроение в 4 колонны.</p>
ОРУ	Комплекс ОРУ с	Ритмическая гимнастика	Ритмическая гимнастика	ОРУ с обручем

	гимнастическими палками «Хоккей»	«Зеленые ботинки»	«Песенка про зарядку»	
2-я часть: основные виды движений	ОВД <u>1 подгруппа детей:</u> Упражнение в равновесии – ходьба по наклонной доске; <u>2 подгруппа детей:</u> Броски мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком за спиной.	Партерные упражнения под стихи «Кошка» Подводящее упражнение «Пружинки» ОДВ <u>Прыжки в длину с места</u> (расстояние 40 см.), повторить 6-8 раз. <u>Эстафета «Забавы старого Макдональда»</u> Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч.	Пальчиковая гимнастика «Пять рыбок» ОВД <u>1. Ходьба по скамье с мячом над головой.</u> <u>2. Ведение мяча в ходьбе змейкой</u> прокатывая по полу, то правой, то левой рукой (на расстояние 6 м). <u>3. Отбивание мяча по кругу.</u> <u>4. Бег с остановкой на сигнал</u>	ОВД Игра «Полоса препятствий» 1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки боком через мягкие бревна, с продвижением вперед. 3. Лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек. 4. Ходьба по канату, руки в стороны.
Подвижные игры	Игра «Ледяная пещера»	Подвижная игра «Колодец и птицы»	Подвижная игра «Не задень»	Подвижная игра «Охотник и зайцы»
3-я часть: заключительная	Игра малой подвижности «Снеговик и солнышко» Игра «Песенка про еду» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Массаж спины «Свинки» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Упражнение на внимание «Фигура» Перестроение в одну колонну и выход из зала.	Конкурс «Мотальщики» Упражнение на дыхание. Перестроение в одну колонну и выход из зала.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

ФЕВРАЛЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; - упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; - закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, совершенствовать у детей навыки прыжка через препятствие; - способствовать развитию скоростно-силовых способностей; совершенствовать навык прыжка в длину с места. - упражнять в лазанье под дугу, упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. - разучить метание в вертикальную цель, и метании мешочка из лежащего положения в горизонтальную цель; - упражнять в лазанье на гимнастическую стенку не пропуская реек; - продолжить профилактику нарушений осанки, укреплять мышечный корсет позвоночника. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - расширять кругозор детей о жизни и обычаях жителей северных стран; - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; - учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества. - воспитывать морально-волевые качества: выдержку, внимание, сосредоточенность, настойчивость в достижении положительных результатов. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Финская полька»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Разминка по диагонали.</p> <ul style="list-style-type: none"> * Пройти как солдаты – маршем; * «Кавалеристы» - прямой галоп; * «Разведчики» - пройти в приседе; * «Летчики» - ходьба на носочках. 	<p>Разминка для рук «В кулачок... и на бочок»</p> <p>Перестроение по широкому кругу, на расстоянии вытянутой руки друг от друга.</p>	<p>Разминка</p> <p>Бег с захлестом голени «Ярмарка»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>

		Перестроение в 3 шеренги.		
ОРУ	ОРУ с обручем «Зимняя песенка»	Упражнения с флажками	Строевые упражнения «Парадный марш» (Г. Свиридова)	ОРУ б/п
2-я часть: основные виды движений	Игровое упражнение «Будь внимателен» ОВД * Игра «Ходим в шляпах» (с мешочком на голове) * Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	Партерная гимнастика «Самолет» Упражнение на равновесие «Стойкий оловянный солдатик» ОВД Эстафета «Прыжки в длину»	Перестроение из круга в две колонны. Игра-эстафета по диагонали <u>Задания:</u> 1. Прыгать через кубики; 2. обежать ориентиры; 3. передать эстафету следующему участнику.	ОВД «Ярмарочное состязанье удалцов» - лазанье по гимнастической стенке. Игра «Корзиночка»
Подвижные игры	Эстафета «Зимний баскетбол»	Подвижная игра на перестроение «Летчики на аэродром!» Игра с/п «По окопу — огонь»	Конкурс «Сапёры»	Игра – эстафета «На лошадаках» Игра «Заря-зареница»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

МАРТ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - повышать двигательную активность в подвижных играх, хороводах; - развивать ловкость, выдержку, быстроту реакции; - повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления и в рассыпную; - разучить прыжок в высоту с разбега; - упражнять в метании мешочка в вертикальную цель; - упражнять в ползании между предметами 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - развивать выразительность речи, память, воображение, фантазию; - способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, артистичности; развивать внимание, слухо-моторную координацию. - способствовать сохранению и приумножению традиций; - воспитывать чувство патриотизма, развивать интерес и уважительное отношение к русским народным праздникам, традициям и обычаям; - закрепление в игровой форме стихотворение «Дед Мазай и зайцы» 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	Игра «Золотые ворота»	Танцевальная разминка «Топ-топ, хлоп-хлоп»	Разминка «По следам зверей» Бег с остановкой по сигналу и поворотом в другую сторону.	Разминка «Лучик» Перестроение в 2 – 3 колонны
ОРУ	Музыкальная игра «Бабкины пляски»	ОРУ с обручем «Колесо»	Ритмическое упражнение «Медведь»	ОРУ с мячом
	Эстафета	<u>Корректирующая</u>	ОВД	Партерная гимнастика

<p>2-я часть: основные виды движений</p>	<p>«Потешный балаганчик»</p> <p>Массаж БАЗ «Ай тари, тари, тари....»</p>	<p><u>гимнастика:</u> * упражнение «Заячьи прыжки» * упражнение «Проснулся лес»</p> <p>ОВД Прыжки в высоту с разбега (высота 30-40 см) 5-6 раз с приземлением на мат.</p>	<p>Упражнение в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («помедвежь») 2-3 раза.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.</p>	<p>* упражнение «Велогонщики» * упражнение «Подснежник»</p> <p>ОВД * метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние 3 м.) * равновесие – ходьба на носочках между набивными мячами, руки за головой.</p>
<p>Подвижные игры</p>	<p>Игра «Прялица» (усложнение игры «корзиночка»)</p>	<p>Игра «Вдвоем в одном обруче»</p> <p>Эстафета «Разбуди белку»</p>	<p>Подвижная игра «Тень-тень-потетень»</p>	<p>Подвижная игра – эстафета: «Ручеек»</p>
<p>3-я часть: заключительная</p>	<p>Игра м/п «Дударь»</p> <p>Перестроение и выход из зала</p>	<p>Массаж биологически активных зон «Ледоход»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Три сороки»</p>	<p>Танцевальная игра «Снежинки – ручейки»</p> <p>Перестроение и выход из зала</p>	<p>Дыхательная гимнастика «Подснежник»</p> <p>Перестроение и выход из зала</p>

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

АПРЕЛЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - повторить ходьбу и бег по кругу; - упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; - упражнять в прыжках и метании, развивая ловкость и глазомер; - совершенствовать умения детей в лазанье по вертикальной гимнастической лестнице; - упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию интереса к истории космонавтики, расширять и углублять знания о космосе; - способствовать развитию связной речи и активизации словаря посредством спортивных игр и упражнений с речевым материалом по теме «Космос», дать первоначальные сведения о планетах, Солнце, Луне (словарь: космос, планеты, космический корабль, Юрий Гагарин); - воспитывать взаимопомощь, дружеские отношения, умение работать в команде, согласовывать свои действия с действиями сверстников; - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; - учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Цирк»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Лунатики»</p> <p>Бег в рассыпную по залу, по сигналу собраться на линии построения.</p>	<p>Музыкальная разминка</p> <p>Бег с перешагиванием через кубики</p> <p>Перестроение в 2 колонны, разомкнуться</p>	<p>Музыкальная разминка «Дождя не боимся»</p> <p>Игра «Озеро, река, болото»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>

			на 4 шеренги	
ОРУ	ОРУ с обручами	Ритмическая гимнастика «Время придет» с султанчиками	ОРУ с малым мячом	Игровая гимнастика «Лягушата и цапля»
2-я часть: основные виды движений	Упр. «Эквелебристы» - ходьба по гимнастической скамейке, по наклонной доске; Упр. «Акробаты» - лазанье по вертикальной гимнастической лестнице; Упр. Жонглеры» - броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	Упр. в прыжках «Гуляем по луне» Игра в парах «Железяка и магнит»	ОВД * метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 модной рукой, способом от плеча; * ползание по прямой, затем переползание через скамейку; * ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.	ОВД * прыжки из обруча в обруч; * лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом * равновесие – ходьба по канату приставным шагом, руки на поясе. Упражнение в партере «Веселые паучки»
Подвижные игры	Подвижная игра «Дрессировщики. Успей выбежать» Подвижная игра «Хвост змеи»	Игра-эстафета «Космолет» Подвижная игра «Пришелец»	Подвижная игра «Птичья стайка»	Подвижная игра «Камень, водоросли, рыбки»
3-я часть: заключительная	Массаж ушных раковин «Слон» Перестроение и выход из зала	Упр. Роботы и звезды» Перестроение и выход из зала	Упр. на дыхание «Мяу! Фыр-р-рр!» Перестроение и выход из зала	Игра м/п «Цапля и лягушки» Перестроение и выход из зала

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

МАЙ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в умении выполнять различные строевые упражнения и перестроения; - в сохранении равновесия на повышенной опоре; - разучить прыжок в длину с разбега, повторить упражнения в прыжках; - развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; - закреплять навык лазанья на гимнастическую стенку; - развивать вестибулярный аппарат, посредством упражнений в кружении. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - прививать детям любовь и уважение к воинам Российской армии, любовь к своей родине, гордость за ветеранов, защищавших нашу страну; - закреплять с детьми знания цветов светофора, учить безопасному поведению на улице; - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; - учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества. 			
№ занятия	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	Парадный марш Перестроение в 3 колонны	Игра «Светофор» ходьба с остановкой по сигналу Бег змейкой «Гоночная трасса» Перестроение в 3 колонны	Игровое упражнение «Рифы и скалы» Перестроение в 3 колонны	Игра - разминка «В поход пойдём» Бег «Туземцы на охоте» Перестроение в 3 колонны
ОРУ	Ритмическая гимнастика	ОРУ б/п «Едем на машине»	Ритмическая гимнастика	Ритмическая гимнастика

	«Аист на крыше»		«А рыбы плавают вот так»	«Ква-ква-ква»
2-я часть: основные виды движений	Эстафета «Разведчик» * пройти по скамье; * обежать змейкой вокруг кеглей; * перепрыгнуть кубы	ОВД * прыжки в длину с разбега; * перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди	ОВД «Испытание для моряков» * пройти по скамье и наклонной доске; * перелезть через несколько матов сложенных друг на друга; * залезть на гимнастическую стенку произвольным способом.	ОВД упр. «Крокодил» кружение, лежа на матах; упр. «Кенгуру» прыжки на двух ногах между кеглями.
Подвижные игры	Эстафета «Подводная лодка – секретное погружение» (туннель).	Эстафета «Две кегли»	Игра «Танец рыбок, медуз и угря» Эстафета «Морской бой» сбить мячом кораблик	Аттракцион «Перенеси кокосы» дети в командах передают мячи с одной стороны зала на другую Аттракцион «Жираф» набрасывание кольца серсо на плоскостного жирафа
3-я часть: заключительная	Дидактическая игра «Какие войска?» Перестроение и выход из зала	Загадки «Дорожные знаки» Упр. на дыхание «Поезд» Перестроение и выход из зала	Упр. для рук «Осьминоги» Перестроение и выход из зала	Упражнение на мимику «Верблюды» Массаж ушных раковин «Слон» Перестроение и выход из зала

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

СЕНТЯБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу, в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; - упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре с выполнением заданий, в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; - развивать точность движений при броске мяча; - развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, прыжках через шнуры; - развивать ориентацию в пространстве, выносливость. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Грибная электричка»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Упражнение на импровизацию в движении «Менуэт осенних листьев»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Разминка – марш (ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала по ориентирам).</p> <p>Танец-игра в парах «Жила-была принцесса»</p>	<p>Разминка «Ходьба с поворотами».</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>
ОРУ	ОРУ б.п. «Мухоморы»	ОРУ «С осенними веточками»	ОРУ с малым мячиком «Песенка про принцессу»	ОРУ с гимнастической палкой «Песенка Помелотов»
2-я часть: основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку др. с мешочком на голове.	1. Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки	1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (10-12 раз подряд).	Корректирующее упражнение для стопы «Сова» ОВД

	<p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры.</p> <p>3. Перебрасывание мяча (диаметр 20-25 см) друг другу двумя руками снизу, стоя в шеренгах.</p>	<p>ребенка.</p> <p>2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его.</p> <p>3. Перебрасывание мяча через шнур друг другу (двумя руками из-за головы). Расстояние между детьми 4 м.</p>	<p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пройти дальше.</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч (8-10 плоских обручей лежат в шахматном порядке).</p>
Подвижные игры	Подвижная игра на выбывание «Грибочки»	Подвижная игра «Пугало и дети»	Подвижная игра «Хвост дракона»	Подвижная игра «Трулялята. Не попадись»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	. Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

ОКТАБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, в ходьбе с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения; - упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; - упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; - отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - развивать координацию движений в упражнениях с мячом. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - формировать образно-пространственное мышление. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Тропинка дедушки Лешего»</p> <p>Игра с ускорением темпа «Ворона мокнет»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Далеко и близко»</p> <p>Бег с перешагиванием через предметы.</p> <p>Игра на координацию «Дождь пошел»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Цапли»</p> <p>Бег в среднем темпе.</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Музыкальная игра «Ладушки»</p> <p>Разминка по диагонали «Колобок»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>
ОРУ	ОРУ б.п. «Тихо в дремучем лесу»	ОРУ с обручем «Облака»	ОРУ на гимнастической скамейке «На лодочке плывем»	ОРУ с мячом «Колобок – румяный бок»

2-я часть: основные виды движений	<p>1. Равновесия – ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по двум сторонам зала.</p>	<p>1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик.</p> <p>2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант).</p> <p>3. Эстафета с зонтиком «Прогулка под дождем»</p>	<p>1. Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант).</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков).</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.</p>	<p>1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, прокатывая мяч, подбрасывая его.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.</p>
Подвижные игры	Подвижная игра «Леший и грибники»	Подвижная игра «Веселый дождик»	Подвижная игра «Дядька Водяной»	Подвижная игра-эстафета «Колобок возвращается домой»
3-я часть: заключительная	Игра малой подвижности «Усни – трава»	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	. Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

НОЯБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навык ходьбы и бега по кругу; - упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге «змейкой» между предметами; - упражнять в ходьбе по канату (по толстому шнуру); - упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, через короткую скакалку; - упражнять в бросании мяча, отбивании его от пола, ведение мяча с продвижением вперед; - в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; - упражнять в лазанье под дугой; - разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения; - развивать эмоциональную выразительность, чувство ритма, двигательное творчество. 			
№ занятия	1 - 2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Зонтичная дама».</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Карусели»</p> <p>Упр. На координацию «Лампочки»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Путь – дорога»</p> <p>Упражнения в парах «Музыкальная юла»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Беспорядок»</p> <p>Бег врассыпную.</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>
ОРУ	ОРУ б.п. «Добрюки»	ОРУ с короткой скакалкой «Егоза»	ОРУ с кубиком «Друзья»	ОРУ б.п. «Лень – неряха»
2-я часть: основные виды движений	<p>1. Прыжки на двух ногах через картонные лужи (6-8 шт.) подряд без паузы.</p> <p>2. Упражнение на координацию «Спор</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>2. Ползание по гимнастической</p>	<p>1. Лазание под дугу.</p> <p>2. Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант) и между</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и</p>

	<p>правого и левого ботинка».</p> <p>3. Равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате.</p>	<p>скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.</p> <p>3. Упражнения с мячом.</p>	<p>предметами (5-6 шт.; расстояние между предметами 1 м).</p> <p>3. Равновесие. Ходьба по канату, становясь на него носочками. Ходьба по канату в наклоне на высоких четвереньках.</p>	<p>пройти дальше.</p> <p>2. Лазание на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (по диагонали).</p> <p>3. Эстафета с двумя мячиками «Жадиная-говядина»</p>
Подвижные игры	Подвижная игра с куполом «Пробеги под тучкой»	Подвижная игра «Займи домик»	Подвижная игра «Пол – это лава!»	Подвижная игра «Перемена мест»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу «змейкой» между предметами.	Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

ДЕКАБРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, с изменением темпа движений, в беге с выполнением заданий; - упражнять в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием, в ходьбе по скамье); - развивать ловкость в упражнениях с мячом; - развивать координацию движений, формировать образно-пространственное мышление; - учить детей ходить по площадке тройками, помогая друг другу, согласовывая свои движения с движениями других детей. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма; - воспитывать выдержку, терпение, умение быстро реагировать на сигнал; - воспитывать здоровый дух соперничества. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	1. Ходьба на носочках «Зима пришла» 2. Бег с выполнением заданий «Вьюженька» Перестроение в 3 колонны	1. Разминка 1 «Дорога в сказку» 2. Упр. «Ходьба тройками» 3. Разминка 2 «Баба Яга и гуси» Перестроение в 3 колонны.	1. Разминка «Оленья упряжка» 2. Перестроение «Ручеёк парами»	1. Разминка в четверках «Бубенцы» 2. Перестроение «Дед Мороз» Дети движутся друг за другом в колонне в обход по залу. Идут змейкой, перестраиваются в большой круг.
ОРУ	ОРУ с серпантинном «Зима красавица»	ОРУ в партере «Ящер на болоте»	ОРУ б/п в парах «Бабушкин подарок»	ОРУ с серпантинном и снежинками «Сказка новогодняя»
2-я часть: основные виды движений	1. Равновесие Ходьба боком по	1. Эстафета «Полёт на метле»	1. Упр. на равновесие «Ледяной мостик»	1. Упр. на равновесие «Ледяная горка»

	<p>гимнастической скамье приставным шагом, перешагивая через модули.</p> <p>2. Прыжки «Зимушка-зима» Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их.</p> <p>3. Упр. с мячиком «Снежки» Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.</p>	<p>2. Упр. «Мост к болоту» Ползание по скамье на ладонях и коленях.</p>		<p>- Ходьба по скамье боком приставными шагами, руки на поясе. (2 раза). - Ползание по скамье на животе, подтягивая себя вперед руками.</p> <p>2. Упр. с мячиком «Пингвины» Выполняют ходьбу до указанной отметки, удерживая небольшой мяч ногами, зажав его между щиколоток.</p>
Подвижные игры	Подвижная игра «Сапожник и дети»	Подвижная игра «Хвост змея»	Подвижная игра «Отбивка оленей»	Подвижная игра «Мороз проказник»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Игра малой подвижности «Полярная сова и евражки»	Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

ЯНВАРЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в ходьбе по скамье парами; - повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспышную с остановкой по сигналу, ходьбу с выполнением заданий для рук; - упражнять в прыжках на двух ногах через препятствие, в прыжках с перепрыгиванием через предметы; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; - упражнять в лазанье по гимнастической лестнице, лестнице-стремянке. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма; - упражнять в умении выполнять задания сообща, в паре, согласовывать движения с партнером. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Разминка «Снег – метель – вьюга»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка с перестроением «Ладушки»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>1. Разминка «Антарктида»</p> <p>2. Бег «Ох, зима хороша»</p> <p>Перестроение в 3 колонны, в каждой чётное количество детей.</p>	<p>1. Разминка «Песенка друзей»</p> <p>2. Упр. с перестроениями с заданиями на ритм.</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>
ОРУ	ОРУ с гимнастической палкой «Лыжники»	ОРУ в парах «Нука – нака»	ОРУ с обручем «Потому что зима»	ОРУ б/п «Баю, баюшки, баю»
2-я часть: основные виды движений	<p>1. Равновесие Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной.</p>	<p>1. Эстафетное упр. парами «Запутай след»</p> <p>2. Упр. в метании «Меткие охотники»</p>	<p>1. Упр. в равновесии «Что такое зима?»</p> <p>2. Упр. с ракеткой на координацию движений</p>	<p>1. Упр. в равновесии «Мост для двоих» Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки.</p>

	2. Прыжки через препятствия Прыжки через небольшие препятствия на двух ногах без паузы. 3. Упр. с мячом Прокатывание мяча между предметами.	3. Игровое упр. «Дети и волк»		2. Упр. «Прыжки в мешке»
Подвижные игры	Подвижная эстафетная игра «На лыжах»	Подвижная игра «Перевези дрова»	Подвижная игра «Мороженое для медведя»	Игровое задание «Высокие стены дворца»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Игровой танец «Двигайся – замри»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

ФЕВРАЛЬ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий, беге по кругу с соблюдением дистанции, обучать строевым приёмам; - закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; - повторить упражнения в прыжках прямым и боковым галопом; - упражнять в метании в вертикальную и горизонтальную цель; - развивать ловкость и координацию в упражнениях на повышенной площади опоры и ползании по скамье; - упражнять в ходьбе по кругу с выполнением заданий.
----------------------------	---

Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма; - укрепить знания детей о понятии «здоровье» и «здоровый образ жизни»; - способствовать формированию желания заботиться о своем здоровье и здоровье родных и близких; - воспитывать любовь к Родине и Российской армии, уважение к российскому солдату; - воспитывать в детях смелость, волю в преодолении препятствий; - формировать устойчивый интерес к русским народным подвижным играм. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	1. Ходьба в колонне по одному в обход зала. 2. Бег по кругу. Перестроение в 3 колонны	Ходьба в колонне по одному в обход зала. По ходу движения дети берут гимнастические палки.	Разминка «Парадные перестроения с флажками»	1. Разминка «Повернись ты». 2. Русская народная игра «Ручеёк». 3. Перестроение парами по кругу.
ОРУ	ОРУ с гантелями	ОРУ с гимнастическими палками «Защитники крепости»	ОРУ с флажками «Марш»	Шуточный игровой танец «Собачья полька»
2-я часть: основные виды движений	1. Музыкальная игра – импровизация «Микробы». 2. Полоса препятствий «Распорядок дня»	1. Полоса препятствий «Строим крепостные стены» 2. Задание на скорость «Перенеси снаряд» 3. Метание в цель «Крепостной бой»	1. Полоса препятствий «Школа разведки». 2. Метание в вертикальную цель «Меткий стрелок»	1. Игровое задание «Удалые наездники» 2. Упр. в ходьбе «Два веселых гуся»
Подвижные игры	Эстафетная игра по диагонали «Волшебная палочка»	Подвижная эстафетная игра «Скачки на конях»	Подвижная игра «Ловкость и сноровка»	Подвижная игра «Пробеги под платком»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

МАРТ

<p align="center">Приоритетные задачи</p>	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, повторить ходьбу с выполнением заданий; - повторить строевые упражнения в перестроение из одной шеренги в две; - упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; - формировать умение действовать с мячом, упражнять в передаче мяча, ловле мяча после отскока о пол; отбивании мяча о пол; закреплять у детей умение выполнять удар ногой по мячу; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; - повторить упражнения в ползании, подлезании под дугу. 			
<p align="center">Задачи в интеграции</p>	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - заинтересовать детей играми и эстафетами с мячом, побудить использовать их вне занятий. 			
<p align="center">№ занятия</p>	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
<p align="center">1 часть: вводная</p>	<p>Разминка «Разноцветная радуга»</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба и бег между кеглями и кубиками; - бег враспынную по залу, по сигналу собираться в центре в несколько кругов, согласно цвету лент. <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка с мячом по кругу «Догони меня»</p> <p>Упр. с мячом «Я умею так»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Разминка «Где живут улыбки»</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба в колонне в парах; по сигналу ходьба в полном приседе, кружение в паре на месте; боковой галоп в паре. 	<p>Разминка с цветами либо лентами «Улыбаемся весне»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>

			Перестроение в 3 колонны.	
ОРУ	ОРУ с малым мячом «Да здоровствует сюрприз»	ОРУ с султанчиками «Така – така – та»	ОРУ с гимнастической палкой «Зверюга»	ОРУ б/п «Веснушки»
2-я часть: основные виды движений	<p>1. Равновесие «Почемучка» Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу.</p> <p>2. Прыжки Передвигаться прыжками на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе.</p> <p>3. Упр. «Передача мяча в шеренге» Игрок ударяет мяч о пол, ловит его двумя руками, передает следующему игроку и так далее.</p>	<p>1. Упр. с мячом «Попрыгунчики» Передвигаться прыжками вперед при этом удерживая зажатый мяч в ногах.</p> <p>2. Эстафета «Передай мяч» Дети в командах передают мяч по верху в колонне.</p> <p>3. Игра с мячом «Передай пас»</p>	<p>1. Упр. в метании в горизонтальную цель.</p> <p>2. Упр. в ползании Передвигаться на четвереньках на ладонях и коленях в прямом направлении до обозначенной черты.</p>	<p>1. Упр. в эстафета «Кораблики»</p> <p>2. Упр. в равновесии «Мостик» Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии одного шага ребенка, попеременно правой и левой ногой.</p>
Подвижные игры	Подвижная игра с кеглями «Гирлянда»	Подвижная игра «Эстафета друзей»	Подвижная игра «Кто не спрятался»	Подвижная игра «Птицы и клетка»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

АПРЕЛЬ

<p align="center">Приоритетные задачи</p>	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке, в ползании по неустойчивой поверхности - повторить ходьбу и бег по кругу с выполнением заданий; боковым галопом с выполнением заданий по музыкальному сигналу; - повторить прыжки с продвижением вперед и лазанье в обруч; - учить отбивать мяч, вести его по кругу левой и правой рукой, совершенствовать навык подбрасывания мяча вверх и ловли его двумя руками; - продолжать упражнять в прыжках в длину с разбега. 			
<p align="center">Задачи в интеграции</p>	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; - упражнять детей в работе парами, умении согласовывать движения с партнером; - воспитывать здоровый дух соперничества. 			
<p align="center">№ занятия</p>	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
<p align="center">1 часть: вводная</p>	<p>Разминка «Смехляндия» - ходьба в одну колонну в обход по залу; ходьба «змейкой»; боковой галоп.</p> <p>Упр. в парах «Цирковые лошадки»</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка «Я очень вырасти хочу» - ходьба на носочках, руки вверх; ходьба на пяточках, руки согнуты в локтях за головой; ходьба с высоким подъёмом ноги.</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>	<p>Разминка «Семейка роботов» - ходьба парами с гимнастическими палками в руках.</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p>	<p>Разминка с обручем «Качели карусели»</p> <p>Малоподвижная игра «Передай мяч по кругу»</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>

ОРУ	ОРУ с обручем «Это – цирк»	ОРУ с мячом «Спортивная тренировка»	ОРУ б/п «Робот Бронислав»	ОРУ с закрытыми глазами
2-я часть: основные виды движений	<p>1. Упр. с обручем 1) прыжками на двух ногах из обруча в обруч; 2) проползая через туннель из обручей.</p> <p>2. Упр. в равновесии «Двойной баланс»</p>	<p>1. Упр. с мячом в движении</p> <p>2. Игровое упр. «Перекидывание мяча в командах»</p> <p>3. Эстафета «Мы одна команда» 1) проползти через туннель, толкая мяч перед собой; 2) пройти по скамье, передавая мяч из руки в руку перед собой и за спиной.</p>	<p>1. Игровое упр. «Робот Роберт» Задача ребенка захватить щипцами мячик и пронести его до следующего обруча, на каждый куб аккуратно зайти и спуститься шагом.</p> <p>2. Упр. «С двумя мячами» Прокатить «змейкой» между кубами сразу два мяча, толкая их перед собой ладонками.</p>	<p>1. Упр. в равновесии Ходьба по гимнастической скамье, перешагивая через кубики на каждый шаг.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега. Перед детьми натягивается в качестве препятствия лента на высоте 50 см.</p>
Подвижные игры	Подвижная игра «Охотник и обезьянки»	Парная игра «Удержи мяч»	Подвижная игра «Научно-исследовательская станция»	Подвижная игра «Шалуны – балуны» (ловишка с лентами)
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ**

МАЙ

Приоритетные задачи	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, со сменой темпа движения, беге в рассыпную; - обучать строевым приёмам; - развивать ловкость и координацию в упражнениях на повышенной площади опоры и ходьбе по наклонной доске; - упражнять в прыжках с высоты и мягком приземлении на ноги; упражнять в прыжках в длину с места; повторить упражнения в прыжках через препятствие с разбега. - повторить упражнения с мячом; - повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку. 			
Задачи в интеграции	<ul style="list-style-type: none"> - слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух; учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества; - воспитывать уважение к защитникам отечества, памяти павших бойцов, ветеранам ВОВ; - способствовать формированию чувства гордости за свой народ. 			
№ занятия	1 -2	3- 4	5 - 6	7 - 8
1 часть: вводная	<p>Ходьба в одну колонну маршируя в обход по залу.</p>	<p>Разминка «Мы маленькие дети» -ходьба в одну колонну в обход по залу; ходьба «змейкой» между расставленных по периметру зала фишками; - бег в рассыпную.</p> <p>Перестроение в 3</p>	<p>Разминка «По местам!» - дети разбегаются в рассыпную по залу, выполняют подскоки; - по команде собираются в круги.</p> <p>Ходьба «змейкой» между кеглями «Туристы»</p> <p>Перестроение в 3</p>	<p>Разминка «Корабль готовится к отплытию» - ходьба 2-3 колоннами с канатом в руке, выполняя задания.</p> <p>Перестроение в 3 колонны.</p>

		колонны.	колонны.	
ОРУ	Парадные перестроения с флагами «9 мая!»	ОРУ с мячом «Самый – самый»	ОРУ на гимнастических скамейках «Мы на лодочке плывем»	ОРУ с гимнастическими палками «Лимонадное море»
2-я часть: основные виды движений	Командная игра «Минёры» Задача игроков, не сходя с места, поворачиваясь только корпусом передать из рук в руки предмет – мину. Передают от одного обруча к другому «мины» несколько раз туда и обратно.	1. Упр. с мячом «Перемена» - прокатывание мяча правой рукой; - ходьба на носочках, мяч вверх над головой. - прокатывание мяча левой рукой; - боковой галоп по кругу; - ходьба на носочках, мяч вверх над головой. 2. Упр. в равновесии «А и Б сидели на трубе»	1. Упр. в прыжках «Песенка утят» Прыжки в длину с места выполняются небольшими группами. 2. Упр. с обручем - пролезая в обручи боком, двигаясь по часовой стрелки.	1. Упр. в равновесии «Пираты» Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики, расставленные на расстоянии двух шагов. 2. Упр. «Корабельная мачта» Лазанье по гимнаст. стенке с переходом на другой пролёт, ходьба по рейке и спуск вниз.
Подвижные игры	Эстафетная игра «Десантный отряд»	Подвижная игра «Кто быстрее на урок»	Подвижная игра «Рыбалка с Водяным»	Подвижная игра «Остров Лимпопо» Командные прыжки «Морская волна»
3-я часть: заключительная	Заключительная ходьба по залу.	Игра на внимание «Оценки» Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.	Заключительная ходьба по залу.

V. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей дошкольного возраста по образовательной области «Физическое развитие», в МАДОУ «ДС№2 «Рябинка» (далее - ДОО).

Программа разработана в соответствии с Федеральной программой дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022), (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», (ред. от 28.04.2023).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

Цель Программы: Оздоровление и физическое развитие детей младенческого, раннего и дошкольного возраста в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка.

Основные задачи:

1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей.
2. Формировать умение качественно выполнять основные виды движений и общеразвивающие упражнения.
3. Формировать начальные представления о видах спорта.
4. Развивать физические качества дошкольников.
5. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
6. Формировать ценности здорового образа жизни, его элементарные нормы и правила: в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.

Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий:

1. Обогащать двигательный опыт дошкольников с учетом национальных и социокультурных условий.
2. Приобщать детей к подвижным играм народов, живущих в округе.
3. Познакомить с известными спортсменами-земляками, популярными в округе видами спорта, спортивными традициями и достижениями родного края.
4. Формировать знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.
5. Вовлекать в физкультурно-оздоровительную деятельность регионального содержания.
6. Воспитывать уважение и любовь к своей малой Родине.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Содержательный раздел включает задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие».

В нем представлено описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Включены образовательные технологии, способствующие оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Указаны особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, а также способы поддержки детской инициативы в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Показаны особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся. Даны направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

В содержательный раздел Программы входит рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы в рамках ОО «Физическое развитие», предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы, организацию развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале и в группах детского сада, материально-техническое и методическое обеспечение.

Представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Дополнительным разделом Программы является текст ее краткой презентации.

В **Приложении** указан диагностический инструментарий для определения уровня физической подготовленности дошкольников.

Программа строится на принципе лично–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 2-х месяцев до 7-ми лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Определение уровня физической подготовленности дошкольников

Диагностика осуществляется по методике И.И. Малозёмовой.

Источник: Малозёмова И.И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов / И. И. Малозёмова; Урал. гос. пед. ун-т. - Электрон.дан. - Екатеринбург: [б. и.], 2018.

Диагностические мероприятия проводят два раза в год: в сентябре и в мае.

Физическая подготовленность определяется уровнем сформированности **психофизических качеств** (сила, скоростно-силовые качества, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности) и степенью сформированности двигательных навыков.

I. Определения уровня развития психофизических качеств дошкольников

В физкультурном зале диагностируются такие физические способности, как скоростно-силовые качества - бросок набивного мяча двумя руками из-за головы (4–7 лет); прыжок в длину с места (4–7 лет), метание мешочка с песком правой и левой рукой; координационные способности, в том числе удержание равновесия; гибкость - наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (4–7 лет), выносливость и быстрота.

На физкультурной площадке обследуются такие физические качества, как быстрота - бег на 30 м (4–7 лет); скоростно-силовые качества - метание мешочка с песком весом 150–200 г (4–7 лет); ловкость - челночный бег 3x10 м (4–7 лет); выносливость - бег 90 м (5 лет), 120 м (6 лет), 150 м (7 лет).

До обследования в зале размечают площадку для прыжков с места, бросание набивного мяча, а на спортивной площадке - для метания мешочка с песком. Врач заранее выявляет тех детей, которые не будут выполнять те или иные задания (по состоянию здоровья). Инструктор готовит протокол обследования, в котором фиксируются количественные показатели уровня сформированности физических качеств и качественные показатели степени сформированности двигательных навыков.

Количественные показатели сравниваются со средними показателями развития психофизических качеств. Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метание вдаль.

Высокий уровень - ребенок правильно выполняет все элементы техники (красный цвет).

Средний уровень - ребенок справляется с большей частью элементов техники (синий цвет).

Низкий уровень - ребенок допускает значительные ошибки (зеленый цвет).

Определение физической подготовленности осуществляется на учетно-контрольных занятиях. Во вводную часть и разминку включают физические упражнения, которые наилучшим образом подготовят ребенка к выполнению тестовых заданий. В основной части проводятся два или три теста, это зависит от возраста ребенка и особенностей самого теста, а в заключительной - малоподвижная игра или игровое упражнение - релаксация.

Определения уровня сформированности быстроты

Бег на 30м

Предварительная работа. На беговой дорожке (ширина - 3 м, длина 30 м) отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 3 м от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок, секундомер.

Методика обследования. Инструктор проводит несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног: для детей 4–5 лет - наклоны, приседания; для детей 6–7 лет - комплекс общеразвивающих упражнений «Рисуем шары».

1. «Рисуем головой». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой в разные стороны (по 4 раза).

2. «Рисуем локтями». И.п. - ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1–2 - круговые движения локтями вперед; 3–4 - круговые движения локтями назад (по 4 раза).

3. «Рисуем туловищем». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе, круговые движения туловищем сначала в лево, потом в право (по три раза).

4. «Рисуем коленом». И.п. - одна нога, согнутая в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1–3 - круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 — вернуться в исходное положение (по три раза).

5. «Рисуем стопой». И.п. - одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательное движение стопой в разные стороны (по 8 раз). После разминки детям 4–5 лет инструктор предлагает добежать до игрушки, а детям 6–7 лет до яркой стойки как можно быстрее («Представьте, что вы самое быстрое животное»).

Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественный и качественный показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей - двух мальчиков или двух девочек - (остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке). На старте дети принимают удобную им позу. Воспитатель подает команды: «Внимание» (поднимает флажок),

«Марш» (опускает флажок). Во время бега дети подбадривают друг друга, называя по имени. На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Количественный показатель: время бега (в мин.).

Качественный показатель

Младший возраст

1. Туловище прямое (или немного наклонено).
2. Выраженный момент «полета».
3. Свободное движение рук.
4. Соблюдение направление с опорой на ориентиры.

Средний возраст

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед — внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 40–50 градусов).

Старший возраст

1. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед — внутрь.
2. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60–70 градусов).
3. Прямолинейность, ритмичность бега.

Высокий уровень - соответствие всем показателям.

Средний уровень - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям.

Определение уровня сформированности скоростно-силовых качеств

Прыжок в длину с места

Предварительная работа. В зале кладут мат и с боку мелом наносят разметку - (через каждые 10 см на дистанции 2 м).

Методика тестирования. С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра. Детям 4–5 лет предлагают попрыгать как зайчики (прыжки с продвижением вперед); дети 6–7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч руки вперед).

После разминки инструктор предлагает детям 4-5 лет встать около черты и перепрыгнуть через ручеек на другой берег (мат); детям 6-7 лет - встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели.

Каждый ребенок делает 3 попытки.

Количественный показатель: длина прыжка (в см).

Качественные показатели:

Младший возраст

1. И.п.: Чуть присев на слегка расставленных ногах.
2. Толчок: отталкивание одновременно двумя ногами.
3. Полет: ноги слегка согнуты положение рук свободное.
4. Приземление: мягкое, на обе ноги.

Средний возраст

1. И.п.: а) Ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; б) полуприседания с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.
2. Толчок: а) Двумя ногами одновременно; б) мах руками вверх — вперед.
3. Полет: а) руки вперед-вверх; б) туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: а) одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко; б) положение рук свободное.

Старший возраст

И.п.: а) ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.

1. Толчок: а) двумя ногами одновременно; б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед-вверх.
2. Полет: а) руки вперед-вверх; б) туловище согнуто, голова вперед; в) полусогнутые ноги вперед.
3. Приземление: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с перекатом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед - в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.

Высокий уровень - соответствие всем показателям.

Средний уровень - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям.

Прыжок в высоту с места

Предварительная работа. В зале готовят измерительные ленты.

Методика обследования. Для разминки детям 5 лет предлагают попрыгать как зайчики, на месте, у детей 6–7 лет спрашивают, какое животное самое «прыгучее», и предлагают попрыгать как кенгуру, и дотронуться до предмета, который подвешен над головой.

Измерительная лента одним концом крепится на поясе ребенка, другой конец в кассете, лежащей на полу. Прыгая вверх, ребенок вытягивает ленту из кассеты на длину прыжка. Инструктор делает замер. Ребенок совершает три подскока. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количественный показатель: высота подскока (в см).

Бросок набивного мяча

Предварительная работа. В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата через 50 см на расстоянии 5 м). Говорят 3 набивных (медицинских) мяча весом 500 гр. Для детей 4–5 лет и 1000 гр. для детей 6–7 лет.

Методика обследования. Во вводную часть для детей 4–5 лет включают ходьбу на высоких четвереньках, для детей 6–7 лет — отжимания от пола (для мальчиков — на прямых ногах, для девочек — на согнутых в коленях).

Ребенок подходит к контрольной линии, инструктор предлагает ему добросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, мяч отведен за голову как можно дальше. Ребенок совершает 3 броска. Лучший результата фиксируется в протоколе.

Количественный показатель: дальность броска (в см).

Метание мешочка с песком

Предварительная работа. На спортивной площадке мелом размечают дорожку (каждые 50 см. на дистанции 2 м.). Готовят 3 мешочка с песком весом 200г, мел.

Методика обследования. После разминки инструктор предлагает ребенку (из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) Произвести 3 броска каждой рукой. Осуществляется замер после каждого броска и лучший результат заносят в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

Количественные показатели: дальность броска (в см).

Качественные показатели:

Младший возраст

1. И.п.: стоя лицом в направлении броска ноги слегка расставлены, праваярука согнута в локте.
2. Замах небольшой поворот вправо.
3. Бросок: с силой.

Средний возраст

1. И.п.: а) Стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч; б) предмет в правой руке на уровне груди
2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идет вниз — назад; в) поворот в направлении броска, правая рука — вверх — вперед.
3. Бросок: а) резкое движение руки вдаль — вверх; б) сохранение заданного направления полета предмета.

Старший возраст

1. И.п.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди, правая — на носок; б) правая рука с предметом на уровне груди.

2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенеся на нее вес тела; б) разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз — в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть — вверх.

3. Бросок: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль — вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.

Высокий уровень — соответствие всем показателям. **Средний уровень** — соответствие трем показателям. **Низкий уровень** — соответствие двум показателям.

Определение уровня сформированности гибкости

Предварительная работа. Готовят гимнастическую скамейку сантиметровую ленту, флажок.

Методика обследования. С целью повышения подвижности в суставах в качестве разминки используют упражнения выполняемые, из разных исходных положений с большой амплитудой: коснуться пальцами пола при наклоне, коснуться пальцами стоп при наклоне из положения сидя, коснуться пальцами пятки при повороте стоя на коленях, прокатить мяч руками как можно дальше их положения сидя ноги в стороны, поднять прямые руки как можно выше из положения лежа на животе.

Затем инструктор предлагает ребенку встать на гимнастическую скамейку так, чтобы носки ног касались ее края, и, не сгибая колени, попытаться взять флажок. Во время выполнения задания воспитатель поддерживает ребенка за колени, а инструктор измеряет величину наклона от края скамейки до третьего пальца опущенных рук. Ребенок делает 2 попытки.

Количественный показатель: величина наклона (в см).

Определения уровня сформированности выносливости

Предварительная работа. Готовят дорожку вокруг детского сада, отмеряют дистанцию для детей 5 лет - 90 м, 6 лет - 120 м, 7 лет - 150 м.

Методика обследования. Инструктор проводит с детьми несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног. Проводится на беговой дорожке с высокого старта. Дети встают на линию старта и по команде «Марш!» вместе с взрослым стайкой бегут к линии финиша. Выносливость оценивается по непрерывному бегу. Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

Определения уровня координационных способностей

1. Определение ловкости

Предварительная работа. На беговой дорожке выделяют 10-метровый отрезок: на старте - 2 мешочка с песком весом 200 г, на финише - стул. Для младшей группы дистанция не более 5 м.

Методика обследования. Инструктор дает задание - пробежать как можно быстрее между кеглями, не задев их. По команде ребенок бежит к финишу. Инструктор, находясь на финише, фиксирует количественные показатели. Предусмотрены две попытки.

Количественный показатель: время (сек), затраченное на выполнение задания.

2. Определение ловкости

Предварительная работа. Готовят мячи диаметром 20 см.

Методика обследования. Инструктор предлагает детям 5-6 лет подбрасывать мяч, не сходя с места; детям 7 лет - отбивать мяч, не сходя с места.

Количественный показатель: количество бросков и ударов.

2. Определение равновесия

Предварительная работа. Готовят секундомер и протокол.

Методика обследования. Инструктор предлагает игровое задание: детям 4 лет надо изобразить «Паровозик» (и.п.: стопы на одной линии, пятка правой (левой) ноги касается носка левой (правой) ноги, руки вдоль туловища); Детям 5 лет изобразить «Балерину» (и.п.: стоя на носках, руки на поясе); детям 6 лет изобразить «Цаплю» (и.п.: стоя на одной ноге, другая согнута, приставлена стопой к колену и отведена под углом 90 градусов). Предупреждает: тот, кто сойдет с места, выходит из игры.

Количественный показатель: время (в сек), затраченное на выполнение задания.

II. Определение качества выполнения движения

При оценке качества выполнения движения исключить:

- 1) возрастную дискоординацию;
- 2) медицинские показания (гипертонус, врожденная косолапость, изотонический рефлекс и т. д.);
- 3) степень значимости ошибок: грубые - синего цвета, средние - зелёного цвета, мелкие - красного цвета

№ п/п	Основное движение	Степень значимости ошибки		
		Грубые синий цвет	Средние зелёный цвет	Мелкие красный цвет

1.	Техника бега по прямой на быстроту 10 м, 20 м, 30 м	1. Несогласованность движений рук и ног	1. Ошибка в исходном положении головы, туловища и рук. 2. Бег на полусогнутых ногах. 3. Неравномерность шагов. 4. Нарушение прямолинейности.	1. Ошибка в принятии исходного положения.
2.	Техника бега на выносливость 30 м, 90 м, 120 м, 150 м.			
3.	Техника бега 3x5 м, 3x10 м «челночный бег» (координация движений)			
4.	Техника прыжка в длину с места	1. Отсутствие фазы полета. 2. Жесткое приземление. 3. Падение вперед или назад, с опорой на руки.	1. Отсутствие замаха. 2. Толчок с одной ноги.	1. Ошибка в принятии исходного положения.
5.	Оценка гибкости из и.п. стоя на скамейке	1. Потеря равновесия.	1. Сгибание ног в коленном суставе.	1. Ошибка в и.п.
6.	Техника упражнения на пресс	1. Выполнение с отталкиванием локтями или с помощью взрослого	1. Потеря вертикальности направления движения	1. Подъем туловища слегка - не доходит до 90°
7.	Техника метания правой (левой) рукой	1. Несогласованность движения ног, туловища и рук. 2. Нарушение траектории полета предмета.	1. Ошибка в принятии исходного положения «замах» 2. Ошибка в движении руки. 3. Ошибка при сохранении равновесия.	1. Ошибка в исходном положении. 2. Недостаточная амплитуда движения

Подводя итоги диагностики, важно не просто установить уровень сформированных психофизических качеств (высокий, средний, низкий), но выявить темп прироста психофизических качеств у каждого ребенка, который можно определить по формуле В. И. Усакова:

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

где W — прирост показателей (%), V₁ — исходный уровень, V₂ — конечный уровень.

Оценка темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста:

- неудовлетворительно: до 8% прирост за счет естественного роста;
- удовлетворительно: 8–10% прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности;
- хорошо: 10–15% прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания;
- отлично: свыше 15% за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений.

Чтобы результаты диагностики физической подготовленности были доступны родителям, на каждого ребенка заводится «Паспорт здоровья», в котором дается оценка социального, физического и психического здоровья ребенка.