

муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №336 Дзержинского района Волгограда»
(МОУ детский сад № 336)

ПРИНЯТО:
на педагогическом Совете
МОУ детский сад № 336
от 14 августа 2023 г.
Протокол № 6
от 14 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МОУ детский сад № 336
Е.Н. Черномашенцева
Утверждаю № 63-02
от 14 августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
на 2023 – 2024 учебный год
(разработана в соответствии с ФОП ДО и ФГОС ДО)

Разработчик программы:
инструктор по физической культуре
Щедловская Майя Дильмуратовна

Срок реализации программы: 1 год

Волгоград, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ
1.1. Пояснительная записка <ul style="list-style-type: none">- Цели и задачи реализации Программы- Принципы и подходы к формированию Программы
1.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры)
1.3. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов
1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых образовательных результатов
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
2.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ
2.1.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) образовательной области «Физическое развитие»
2.1.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы
2.1.3. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся
2.1.4. Проектирование образовательного процесса
2.1.5. Физкультурно-оздоровительная работа
2.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ
2.2.1. Пояснительная записка <ul style="list-style-type: none">- Цели и задачи воспитания физического и оздоровительного направления;- Направления воспитания;- Целевые ориентиры воспитания- Задачи воспитания в образовательной области «Физическое развитие»- Календарный план воспитательной работы
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно – пространственной среды
3.2. Учебный план
3.3. Календарный учебный график
3.4. Материально-техническое обеспечение программы
3.5. Учебно – методическое сопровождение Программы

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа (далее – Программа) разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 336» с учетом федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее –ФГОС ДО), федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО) и комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» (авторы Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др.) - в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа рассчитана на 2023-2024 учебный год.

Данная Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования(утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2021, регистрационный № 62296);
- Образовательная программа МОУ детский сад № 336.

Программа составлена с учетом возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей детей.
Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для дошкольников от 1 года до 8 лет

Цели и задачи реализации программы

Цель программы: разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Цель рабочей программы достигается через решение следующих задач:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

-

Принципы и подходы к формированию программы

Принципы:

- Полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), 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;

- 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.

Основные подходы:

- Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО;
- Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;
- Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;
- Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объём, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ (ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ)

Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

К четырем годам:

- 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;

К пяти годам:

- 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;

К шести годам:

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- 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;

Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения 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;

1.3. ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ранний возраст (от одного года до трёх лет)

Вторая группа детей раннего возраста (второй год жизни)

Росто-весовые характеристики

Вес двухлетнего ребенка составляет одну пятую веса взрослого человека. К двум годам мальчики набирают вес до 13,04 кг, девочки - 12,6 кг. Ежемесячная прибавка в весе составляет 200-250 граммов, а в росте 1 см. К двум годам длина тела мальчиков достигает 88,3 см, а девочек - 86,1 см.

Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Повышается работоспособность нервных центров. Общее время сна, практически полностью подчиненного суточной ритмике, составляет 11-12 часов.

Развитие центральной нервной системы на этом этапе характеризуется замедлением ростовых процессов, снижением скорости увеличения объема головного мозга и формированием нервных связей.

Развитие моторики. Развитие моторики является определяющим для всего психического развития. Преимущественно формируется подкорковый уровень организации движения, включающий формирование ритма, темпа, тонуса. Все движения формируются на основании ритмической картины, соответственно, чрезвычайно важно формировать ритмичность (движения под ритм; режим дня; чередование активности и отдыха). Подавляющее большинство детей (90%) может хорошо ходить (в год и два месяца); строить башню из двух кубиков (в полтора года); подниматься по ступенькам

(в год и десять месяцев); пинать мяч (к двум годам). На развитие основных движений ребенка частично влияют пропорции его тела: короткие ноги, длинное туловище, большая голова. Ребенок до полутора лет часто падает при ходьбе, не всегда может вовремя остановиться, обойти препятствие. Несовершенна и осанка. Вследствие недостаточного развития мышечной системы ребенку трудно долго выполнять однотипные движения, например, ходить с мамой «только за ручку». Постепенно ходьба совершенствуется. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на физкультурных занятиях дети делают боковые шаги, медленно кружатся на месте. Даже в начале второго года дети много лазают: взбираются на горку, на диванчики, а позже (приставным шагом) и на шведскую стенку. Они также перелезают через бревно, подлезают под скамейку, пролезают через обруч. После полутора лет у малышек кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом. В полтора года дети способны рисовать каракули, а к двум годам могут нарисовать прямую линию. Дети все лучше контролируют простые движения, а затем объединяют их во все более сложные и согласованные системы.

Первая младшая группа (третий год жизни)

- *Росто - весовые характеристики:*

Средний вес мальчиков составляет 14,9кг, девочек–14,8кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек– 97,3см.

- *Функциональное созревание:*

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

- Развитие моторики: Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Дошкольный возраст (от трех до семи лет)

Вторая младшая группа (четвертый год жизни)

- *Росто - весовые характеристики:*

Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек-100,6 см.

- *Функциональное созревание:*

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения терморегуляции, обеспечения обмена веществ.

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.

- *Коммуникация и социализация:*

В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться в не ситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

- *Личность и самооценка:*

У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

Средняя группа (пятый год жизни)

- *Росто – весовые характеристики:*

Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

- *Функциональное созревание:*

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастное специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим.

Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

- *Коммуникация и социализация:*

В общении со взрослыми интенсивно формируются в не ситуативные формы общения, в частности – в не ситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

- *Личность и самооценка:*

У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было - будет).

Старшая группа (шестой год жизни)

- *Росто - весовые характеристики:*

Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

- Функциональное созревание:

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

- Коммуникация и социализация:

В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

- Саморегуляция:

В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

- Личность и самооценка:

Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

Подготовительная к школе группа (седьмой год жизни)

- Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см.

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («полуростовой скачок роста»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

- Функциональное созревание:

Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутами у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых.

Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письмо – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт.

Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.

- *Личность и самооценка:*

Складывается иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

1.4. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ 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.

Педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности педагога, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации образовательной программы проводится оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом 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 ДО 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.

Педагогическая диагностика направлена на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Основная задача диагностики – получение информации об индивидуальных особенностях развития ребенка. На основании этой информации разрабатываются рекомендации для воспитателей и родителей (законных представителей) по организации образовательной деятельности, планированию индивидуальной образовательной деятельности. Педагогическая диагностика проводится в октябре (первая половина, 2 недели) и в мае (вторая половина, 2 недели). Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, специальных диагностических ситуаций. При необходимости используются специальные методики диагностики физического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях.

В процессе наблюдения педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребенка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребенка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребенка в деятельности и взаимодействии.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Фиксация данных наблюдения позволят педагогу отследить, выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Педагогическая диагностика проводится с периодичностью:

- в группах дошкольного возраста (2 раза в год, сентябрь и май),
- в группах раннего возраста (2 раза в раз в год, сентябрь и май).

Для проведения индивидуальной педагогической диагностики на разных этапах освоения программы используется диагностическое пособие Н.В. Верещагина, Педагогическая диагностика к комплексной образовательной программе дошкольного образования «Детство». Методическое пособие для заведующих, методистов, воспитателей, дошкольных образовательных организаций.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ

2.1.1. ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ (ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

От 1 года до 2 лет

Задачи:

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;

- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание и катание: бросание мяча (диаметр 6-8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20-25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя; ползание, лазанье: ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15-20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1-1,5 метра); ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении; упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (шириной 25-20-15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10-15-20 см (ширина доски 25-30 см, длина 1,5-2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5-15-18 см со страховкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них; в комплекс включаются упражнения: поднятие рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40-45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

2) Подвижные игры и игровые упражнения: педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.

Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

Формирование основ здорового образа жизни: педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

От 2 лет до 3 лет

Задачи:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности

- Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно- оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

- ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

- ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

- бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

- прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

- упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

- упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

- музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

- Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крыльшками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

От 3 лет до 4 лет

Задачи:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-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.

Содержание образовательной деятельности

- 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 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.

- 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.

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

Основные движения:

- 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;

- 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;

- 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;

- бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, 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;

- 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);

- 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.

Общеразвивающие упражнения:

- 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;

- 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;

- 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;

- 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 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, перевоза 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 (в виде рекомендаций для родителей).

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 друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) Активный отдых.

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.

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.

От 4 лет до 5 лет

Задачи:

- 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;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах 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.

Содержание образовательной деятельности

- 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.
- 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.

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

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 огибая 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 удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в круг; 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 враспынную 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 2x5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег враспынную 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;

- 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; сжатие и разжатие 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 поднятие 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; поднятие 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 звенья 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.

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.

5) Активный отдых.

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.

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.

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.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

От 5 лет до 6 лет

Задачи:

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

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности

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

- Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

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

Основные движения:

- 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;

- 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 чередуясь шагом;

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

- 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;

- 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;

- 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;

- 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».

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

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

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 упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

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.

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.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

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 спортивными

инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) Активный отдых.

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

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

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.

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

От 6 лет до 7 лет

Задачи:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- 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;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности

- Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, 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.

- 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.

- 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.

- 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.

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

Основные движения:

- 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).

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередуясь 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;

- бег: бег в колонне по одному, враспынную, 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;

- 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; впрыгивание 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;

- 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.

- 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 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 коленях 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, перекалывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве 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). 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.

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.

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.

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.

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 воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно- нравственных 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 мяч «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 особенностей.

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 (санный 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 спортивным 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.

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

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.

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.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

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.

2.1.2. ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы, способы, методы и средства реализации Программы образования определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей

Используемые формы реализации Программы образования образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

1) в раннем возрасте (1 год - 3 года):

- ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого;
- двигательная деятельность (основные движения, общеразвивающие упражнения, простые подвижные игры);
- игровая деятельность (отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, игры с дидактическими игрушками);
- речевая (понимание речи взрослого, слушание и понимание стихов, активная речь);
- музыкальная деятельность (слушание музыки и исполнительство, музыкально- ритмические движения).

2) в дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, подвижная и другие);
- 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 и элементы спортивных игр и другие);
- музыкальная деятельность (музыкально-ритмические движения).

Для достижения задач воспитания в ходе реализации Программы педагоги используют следующие методы:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации обучения традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополняются методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей.

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагог 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 целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации Программы педагог может использовать различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные и раздаточные;
- визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
- естественные и искусственные;
- реальные и виртуальные.

Данные средства используются для развития следующих видов деятельности детей:

- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);
- предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое);
- игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и другое); коммуникативной (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое);
- познавательно-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, плакаты, модели, схемы и другое);

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 педагог 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 педагогом 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.

2.1.3. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Главными целями взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи;
- повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:

- информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей детского сада, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в детском саду;
- просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих принципов:

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) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагог придерживается этики и культурных правил общения, проявляет позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); этично и разумно используется полученная информация как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

3) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии учитываются 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;

4) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия учитываются 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.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся это сотрудничество в реализации образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержка образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возрастов; разработка и реализация образовательных проектов ДОО совместно с семьей.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

- информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

- информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

- знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

Направления деятельности педагога реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, круглые столы, семинары-практикумы, консультации и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Педагоги самостоятельно выбирают педагогически обоснованные методы, приемы и способы взаимодействия с семьями обучающихся, в зависимости от стоящих перед ними задач. Сочетание традиционных и инновационных технологий сотрудничества позволяет педагогам ДОО устанавливать доверительные и партнерские отношения с родителями (законными представителями), эффективно осуществлять просветительскую деятельность и достигать основные цели взаимодействия ДОО с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста.

В детском саду инструктор по физической культуре использует разнообразные традиционные и нетрадиционные формы и методы работы с родителями. К ним относятся:

- общие и групповые родительские собрания;
- консультации;
- занятия с участием родителей;
- совместные экскурсии;
- Дни открытых дверей;
- участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов;
- совместное создание предметно – развивающей среды;
- беседы с детьми и родителями;
- семинары – практикумы;

- почта Доверия;
- досуговое направление;

<p>Традиционные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -родительские собрания; -беседы и консультации; -ширмы, папки-передвижки; -анкетирование. 	<p>Нетрадиционные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - родительское собрание в форме «Круглый стол», «Дискуссия», «Педагогическая гостиная» и т.д. -«почтовый ящик»; -участие родителей и детей в совместных досугах, праздниках; -дни открытых дверей, с показом открытых занятий; -наглядная информация «Советуют специалисты».
--	--

Взаимодействие с родителями (законными представителями)

П/п	Мероприятия	Месяц	Примечание
1.	Выступление на родительских собраниях на тему " Физические особенности развития детей"	сентябрь	Консультации в родительский уголок: II мл. гр., ср. гр. « Физическое развитие ребёнка младшего дошкольного возраста» Ст.гр., подг.гр. «Особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста»
2.	Организация совместной организованной двигательной деятельности с родителями	октябрь	II мл. гр. и ср. гр. «Любят физкультуру малыши и мамы» Ст.гр. и подг. гр. «Физкультура вместе с мамой»
3.	Рекомендации на сайте ДОУ	ноябрь	Консультации в родительский уголок: I мл. гр., ср.гр. «Советы родителям по закаливанию ребенка» Ст.гр. и подг. гр. «Здоровье и двигательная активность»
4.	Консультации	декабрь	Консультации для родителей: «Точечный массаж для детей»
5.	Совместная работа с родителями по организации зимнего спортивного праздника	январь	Консультации в родительский уголок: II мл. гр. и ср.гр. «Здоровый образ жизни в семье». Ст.гр. и подг.гр. « Глядите, лыжник!»
6.	Участие пап в спортивном празднике « День Защитника Отечества»	февраль	Консультации в родительский уголок: II мл. гр. и ср. гр. « Проблемы плоскостопия» ст. гр. и подг.гр. «Физкультура вместе с мамой (папой)»
7.	Консультации	март	Консультации в родительский уголок: " Физическое воспитание детей"
8.	Привлечение родителей в	апрель	Обновление информационного стенда

	организации мероприятий ко Дню здоровья		Консультации в родительский уголок: П л.гр. и ср. гр. " Как приобщить детей к физической культуре и спорту" Ст.гр. и подг.гр. «Солнце, воздух и вода»
9.	Консультации	май	Консультации в родительский уголок: П мл. гр. и ср. гр. " Подвижные игры" Ст.гр. и подг.гр « Подвижные игры».

Организация нетрадиционных форм работы с семьёй позволяет родителям принимать активное участие в жизни детского сада и увидеть своего ребёнка в условиях отличных от домашних и способствует пересмотру своих методов и приёмов воспитания дома.

Родители (законные представители) получают услуги психолога - педагогической, методической и консультационной помощи (очно и заочно – через сайт детского сада, электронную почту или в письменном виде).

2.1.4. ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Содержание образовательного процесса в детском саду определялся образовательной программой детского сада, в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом особенностей психофизического развития и возможностей детей.

Содержание воспитательно-образовательного процесса включает совокупность образовательных направлений, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, а так же интеграцию образовательных областей (социально коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно эстетическое развитие, физическое развитие).

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности (двигательная, игровая, восприятие художественной литературы и фольклора, познавательно-исследовательская, коммуникативная, изобразительная, музыкальная, самообслуживание и элементы бытового труда, конструирование из различных материалов) или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно.

Программы и технологии, используемые в образовательной деятельности в разных образовательных областях

№ п/п	Наименование	Кто использует
Основные комплексные программы		
1.	Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство / (авторы Т.И.Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др.).	Инструктор по физической культуре, воспитатели 1-й младшей, 2-й младшей, средней, старшей, подготовительной групп
Парциальные программы		
8.	Театр физического воспитания детей дошкольного и	Инструктор по физической культуре, воспитатели в средней,

	младшего школьного возраста» Н. Н. Ефименко;	старшей, подготовительной группах
9.	Сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика» Н. А. Фомина	Инструктор по физической культуре, воспитатели в средней, старшей, подготовительной группах
10.	«Са – Фи – Дансе. Танцевально – игровая гимнастика в детском саду» Ж. Е. Фирилёва, Е. Г. Сайкина	Инструктор по физической культуре, оспитатели в средней, старшей, подготовительной группах
17.	Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет «Ритмическая мозаика», А.И. Буренина	Инструктор по физической культуре, музыкальные руководители в средней, старшей, подготовительной групп

Данный выбор программ обеспечивает целостность образовательной работы, и содействует эффективному решению проблемы преемственности при постепенном переходе из возрастной группы в другую.

Во всех группах различные формы работы с детьми организуются в первую и во вторую половину дня.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста проводится и во вторую половину дня после дневного сна. Ее продолжительность не более 25 – 30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности:

- для детей от 1 до 3 лет – 10 мин (не более 10 мин.);
- для детей от 3 до 4 лет – 15 мин (не более 15 мин.);
- для детей от 4 до 5 лет – 20 мин (не более 20 мин.);
- для детей от 5 до 6 лет – 25 мин (не более 25 мин.);
- для детей от 6 до 8 лет – 30 мин (не более 30 мин.);

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Двигательная деятельность проводится со всей группой (по условиям МОУ). Двигательная деятельность в 1-й младшей группах проводится по подгруппам.

Количество компонентов непосредственно образовательной деятельности и их продолжительность, время проведения соответствуют требованиям СП 2.4.3648-20, [СанПиН 1.2.3685-2.1](#)

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 8 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей 5 - 8 лет круглогодично проводятся занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе.

Непосредственно – образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей проводится в первую половину дня и дни наиболее высокой работоспособности (вторник, среда), сочетаются с физкультурными и музыкальными занятиями.

Физическое развитие детей в ДОУ осуществляет инструктор по физической культуре.

Образовательная деятельность вне организованных занятий обеспечивает максимальный учёт особенностей и возможностей ребёнка, его интересы и склонности. В течение дня во всех возрастных группах предусмотрен определённый баланс различных видов деятельности.

Взаимодействие с родителями также осуществляется в ВКонтакте, WhatsApp, Viber, электронную почту. Проводятся тематические консультации для родителей.

Комплексно-тематическое планирование

Группа раннего возраста (дети в возрасте от 1 до 3 лет)

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Сентябрь	Детский сад	Наша группа	Наши игрушки	Наш участок
Октябрь	Осень. Наш участок осенью	Человек. Части тела	Взрослые в детском саду	Наши книги
Ноябрь	Опасные предметы	Мои любимые игры и игрушки	Моя семья	Разноцветная неделя
Декабрь	Зима. Наш участок зимой	Зимняя погода	Елочка-красавица, детям очень нравится	Новогодний праздник
Январь		Зимние игры и забавы	Народная игрушка	Дом и что есть в нем
Февраль	Посуда. Накрываем на стол	Продукты питания	Мебель	Одежда
Март	Мамин день	Обувь	Профессии	Неделя детской книги
Апрель	Весна. Наш участок весной	Животные	Птицы	Человек. Части тела
Май	Цветы	В гостях у сказки	Рыбы	Скоро лето
Июнь	Играем с водой и песком. Первые эксперименты	Мой дом	Неделя здоровья	Транспорт
Июль	Разноцветная неделя	Деревья	Ягоды и фрукты	Насекомые: В гостях у мухи-цокотухи
Август	Одежда и обувь	Овощи	Домашние животные	Любимые сказки

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Сентябрь	Мы пришли в детский сад. Давайте познакомимся	Наши игрушки в детском саду	Наша группа	Наш участок
Октябрь	Наши взрослые помощники в детском саду	Малыши на осенней прогулке	Мы играем вместе: наши игры и игрушки	Наша любимая еда: овощи и фрукты
Ноябрь	Наша любимая еда: молоко и молочные продукты	День и ночь – сутки прочь	Домашние животные	Кто живет в лесу
Декабрь	Зоопарк	Пришла зима	Кто как к зиме приготовился (изготовление кормушек)	Скоро праздник - Новый год!
Январь		Зимние забавы	Предметы вокруг нас: посуда	Предметы вокруг нас: мебель
Февраль	Наша одежда	Наша обувь	Профессии	Ай да Масленица!
Март	Мамин праздник	Домашний труд	Наш дом	Наша семья
Апрель	Весна	Город и село	Весной в деревне	Весна в городе. Подарки весны
Май	Наш календарь: будни и праздники	Наши книги	Опасные предметы	Скоро лето!
Июнь	Безопасное поведение в природе	Безопасность на воде	Наблюдаем за насекомыми	Безопасность дорожного движения
Июль	Собираемся в путешествие	Любимые сказки	Народные игрушки	Растения на участке детского сада
Август	Неделя здоровья	Птицы в городе	Неделя экспериментирования	Мы любим спорт

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Сентябрь	Здравствуй, детский сад!	Правила и безопасность дорожного движения	Свойства воздуха	Сезонные изменения в природе: Осень золотая
Октябрь	Овощи	Ягоды и фрукты	Деревья	Среда обитания: Кто где живет
Ноябрь	Дикие звери и птицы	Домашние животные и питомцы	Дом, в котором я живу	Инфраструктура ближайшего окружения: мой дом. Мебель
Декабрь	Сезонные изменения в природе: Зимушка-зима	Растения и животные уголка природы	Игрушки (из чего сделаны новогодние игрушки)	Любимый праздник – Новый год
Январь		Зимние забавы.	Неделя здоровья	Мебель
Февраль	Профессии	Транспорт	Инструменты	День защитника Отечества
Март	Международный женский день	Посуда	Бытовая техника	Неделя детской книги
Апрель	Сезонные изменения в природе: Весна	Домашние животные	Инфраструктура ближайшего окружения: В магазине (в супермаркете)	Неделя пожарной безопасности
Май	Праздники и будни	Инфраструктура ближайшего окружения: Моя улица	Что такое время	Безопасное поведение в природе
Июнь	Сезонные изменения в природе: Встречаем лето	Свойства воды	Безопасное поведение у воды	Комнатные растения
Июль	Достопримечательности родного города (села)	Одежда и обувь	Дома и здания	Разнообразие животных
Август	Свойства природных материалов	Декоративные растения	Что за чудо эти сказки	Что такое дружба

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя	5-я неделя
Сентябрь	«Безопасность дорожного движения»	«Золотая осень»	«Деревья»	«Природные сообщества: лес»	«Природные сообщества: луг»
Октябрь	«Грибы»	«Охрана природы: Красная книга»	«Дикие животные средней полосы России»	«Продукты питания: разнообразие продуктов»	«Продукты питания: разнообразие продуктов»
Ноябрь	«Из истории одежды, обуви, головных уборов»	«Из истории домов и зданий»	«Из истории мебели»	«Из истории посуды и столовых приборов»	«Времена года, Зима»
Декабрь	«Явления природы. Части суток»	«Народные праздники на Руси. Русский фольклор»	«Продукты питания: праздничные блюда»	«Общий праздник – Новый год!»	«Общий праздник – Новый год!»
Январь		«Зимние игры и забавы»	«Мы живем в России»	«Мой родной край»	«Явления общественной жизни: Праздники»
Февраль	«Телевидение»	«Детям об огне и пожаре»	«День защитника Отечества»	«Народные праздники, Масленица»	«Народные праздники, Масленица»
Март	«Мамы всякие нужны. Мамы разные важны»	«Что нам стоит дом построить»	«Наземный транспорт»	«Водный транспорт»	«Воздушный транспорт»
Апрель	«Ранняя весна»	«Покорение космоса»	«Вода»	«Инструменты и материалы»	«Инструменты и материалы»
Май	«Цветущая весна»	«День Победы»	«Травы»	«Насекомые»	«Перелетные птицы»
Июнь	День защиты детей. «Я – ребенок! И я имею право!»	«Пушкинский день России»	«Природные сообщества: Водоем»	«Лето красное пришло!»	«Неживая природа: горные породы и минералы»
Июль	«Веселая Дымка»	«Сине-голубая Гжель»	«Золотая Хохлома»	«Русская игрушка»	«Веселый Городец»

Август	«Кружево и вышивка»	«Ярмарка народных мастеров»	«Любимые книги»	«Школа здоровья»	«До свидание, лето!»
---------------	---------------------	-----------------------------	-----------------	------------------	----------------------

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя	5-я неделя
Сентябрь	«День знаний», «Безопасность дорожного движения»	«Золотая осень»	«Деревья – наши друзья»	«Плоды осени: Овощи. Фрукты. Грибы»	«Хлеб»
Октябрь	«Домашние и дикие животные»	«Мой край родной»	«Мы живем в России»	«Москва – столица нашей Родины»	
Ноябрь	«Кремль – защита земли русской»	«Вот так Африка»»	«Чудеса Австралии»	«Две Америки»	«Арктика и Антарктика»
Декабрь	«Зима»	«Русские обычаи – взаимопомощь и гостеприимство»	«Народные праздники на Руси. Русский фольклор»	«Общий праздник – Новый год!»	«Общий праздник – Новый год!»
Январь		«Зимние игры и забавы»	«Что из чего и для чего (о свойствах разных материалов)»	«Из истории вещей»	«Телевидение»
Февраль	«По реке времени: путешествие из прошлого в будущее»	«Детям об огне и пожаре»	«День защитника Отечества»	«Народные праздники на Руси. Масленица»	«Народные праздники на Руси. Масленица»
Март	«О любимой маме. Профессии наших мам»	Слух: «Зачем слону большие уши»	Зрение: «Как кошка в темноте видит»	Обоняние и осязание: «Чувствовать кожей»	Вкус: «Какого цвета кислый вкус?»»
Апрель	«Земля – наш дом во Вселенной»	«День космонавтики»	«Планета Океан: вода – источник жизни»	«Цветущая весна»	«Цветущая весна»
Май	«Мир растений»	«День Победы»	Европа	Азия	«Лето пришло!»

Июнь	День защиты детей. «Я – ребенок! И я имею право!»	«День России»	«Сказки Пушкина»	«Школа здоровья»	«Школа здоровья»
Июль	«Сине-голубая Гжель»	«Золотая Хохлома»	«Русская игрушка»	«Кружево и вышивка»	«Веселый Городец»
Август	«Ярмарка народных мастеров»	«Любимые книги»	«Скоро в школу!»	«Скоро в школу!»	«Скоро в школу!»

Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентов воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями в ранней группе от 1 года до 3 лет

В организации физической двигательной деятельности используются методы и приемы в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями:

1. Наглядные методы- показ физического упражнения, имитация, помощь, звуковые и зрительные ориентиры
2. Словесные методы – объяснение, сюжетный рассказ, беседа
3. Практические методы – использование игровых приемов, вызывающих интерес к физкультуре, положительная оценка

Календарное планирование в смешанной ранней группе от 1 года до 3 лет

Сентябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по дорожке между двумя линиями (ширина дорожки 30-35 см)	Подвижная игра «Наседка и цыплята» «Пойдем гулять»
2 неделя	ОРУ с погремушкой	Ползание на четвереньках, - подлезать под шнур.	Подвижная игра «Зайка серенький». «Пузырь»

3 неделя	ОРУ без предметов	Ползание на четвереньках - подлезать под шнур, или дугу	Подвижная игра «По ровненькой дорожке», «Пружинны»
4 неделя	ОРУ с шишкой	Ползание на четвереньках - подлезать под шнур -бросание на дальность шишек.	Подвижная игра «Кот и мыши» «Мы топаяем»

Октябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предмета.	Лазание по гимнастической лестнице.	Подвижная игра «Догони мяч», «Все захлопали в ладоши»
2 неделя	ОРУ с мешочком	Метание мешочков в цель (обруч, корзину) -прыжки через «канавку» (веревку) собери фрукты.	Подвижная игра «Догони мяч», «Все захлопали в ладоши»
3 неделя	ОРУ с малым мячом	Метание мешочков в цель (обруч, корзину) -прыжки через «канавку» (веревку), -собери фрукты.	Подвижная игра «Через ручеек» «Кидаем мячики»
4 неделя	ОРУ с ленточкой	Ходьба и бег друг за другом между двумя линиями, ползание на четвереньках по прямой,	-Подвижная игра «Лошадки» -игра м/п «Колокольчик

Ноябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кубиками	Метание мешочков в цель (обруч, корзину) -прыжки через «канавку» (веревку) -перешагивание через препятствия	Подвижная игра «Цапли и воробышки» «Поезд»
2 неделя	ОРУ с султанчиками	Ходьба с высоким подниманием колен прыжки через «канавку» (веревку) -пролезание через тоннель	-Подвижная игра « Мяч» «Мы в кружочек встали»
3 неделя	ОРУ с платочком	пролезание через тоннель, ходьба по гимнастической скамейке.	Подвижная игра «Покружимся» «Догонялки»
4 неделя	ОРУ без предметов	-Подлезать под дугу - прыжки с места	Подвижная игра «Серые мышки» -игра м/п «Пузырь»

Декабрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры

1 неделя	ОРУ с малым мячом	-Метание мяча правой и левой рукой - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках -бросание и ловля мяча от пола.	-Подвижная игра «Бумажные снежки», «Нам весело»
2 неделя	ОРУ на стуле	-Метание мешочка правой и левой рукой - ходьба по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Самолеты» «Берегись, заморожу»
3 неделя	ОРУ с мячом	-Метание мешочка правой и левой рукой - прыжок с места -подлезание под веревку	Подвижная игра «Какой мяч больше?» «А ты так можешь?»
4 неделя	ОРУ без предметов	- прыжок с места. - ходьба по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Поймай зайчика» «Мячик с горки»

Январь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя			
2 неделя	ОРУ без предметов	-Прокатывание мяча в воротца - подлезание под дугу.	Подвижная игра « Снежная карусель»

			«Не наступи»
3 неделя	ОРУ с кубиками	- прыжок с места. -ходьба по гимнастической скамейке -подлезание под веревку	Подвижная игра «Передай игрушку» «День и ночь»,
4 неделя	ОРУ с лентой	-Метание мешочка правой и левой рукой - прыжок с места. -ходьба по гимнастической скамейке -подлезание под веревку	Подвижная игра «Гуси» «Вороны»

Февраль

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с обручем	-Ходьба по гимнастической скамейке со спрыгиванием на мат. -подлезание под веревку	Подвижная игра «Веселые зайчата» «Парами на прогулку»
2 неделя	ОРУ с султанчиками	-Метание мяча из за головы - катание мяча в воротца с расстояния 1-1.5 м. -прыжки в длину с места.	Подвижная игра «Снежки и ветер» « Перекати обруч»

3 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимнастической скамейке со спрыгиванием на мат -метание мяча из за головы, катание мяча в воротца с расстояния 1-1.5 м. -прыжки в длину с места.	Подвижная игра «Движения животных» «Коза»
4 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	-Метание мяча из за головы - катание мяча в воротца с расстояния 1-1.5 м. -прыжки в длину с места.	Подвижная игра «Подними мяч» «Пилот и полёт»

Март

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кеглей	-Ходьба по гимнастической скамейке - метание мяча из за головы - прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Подними предмет» «Солнышко и дождик»
2 неделя	ОРУ с обручем	-Метание мяча из за головы - прокатывание мяча в воротца с расстояния 1-1.5 м. -прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Озорной мячик» «Ехали, ехали и приехали»
3 неделя	ОРУ с мешочком	Ходьба с перешагиванием через кубики. Перелезание через бруски. Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Лови мяч», «Кто- то в гости к нам спешит»

4 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба по гимн. скамье, руки в стороны. Перелезание через бруски. Прыжки на двух ногах вокруг обруча	. Подвижная игра «Что умеют мои ручки?». «Двигаемся по новому»
----------	-------------------	--	--

Апрель

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с платочком	Ходьба по гимн. скамье, Пролезание на четвереньках в туннеле. Прыжки в длину с места	Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч». «Солнышко и дождик»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ползание на четвереньках по прямой и пролезание в колесо из модулей. Прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Что умеют мои ручки?» «Двигаемся по новому»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба с высоким подниманием колен. Пролезание на четвереньках в обруч. Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Ты собачка не лай, лучше с нами поиграй» «Веселая мурка
4 неделя	ОРУ с каштанами	Ходьба по гимн. скамье . Пролезание под шнур на четвереньках	Подвижная игра «Брось через веревку» «Пес барбос»

Прыжки на двух ногах вокруг обруча

Май

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с обручем	-Ходьба по гимнастической скамейке -прыжки в длину с места -метание мешочков на дальность.	Подвижная игра «Птички в гнздышках» «Ветер-ветерок»
2 неделя	ОРУ с мячом	Бросание мяча через шнур Ходьба с перешагиванием через малые бруски Ползание на четвереньках и пролезание в обруч прямо Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Серый кот» «Зернышки»
3 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимн. скамье Ползание на четвереньках и пролезание в туннель Прыжки на двух ногах вперёд	Подвижная игра «Брось через веревку» «Пес барбос»
4 неделя	ОРУ с ленточками	Бросание мешочка снизу Ходьба по гимн. скамье, Ползание на четвереньках по прямой Прыжки на двух ногах через плоские палки	. Подвижная игра «Солнечные зайчики» «Бегом к дереву»

Литература:

Сучкова И.М., Мартынова Е.А. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с

2.План –график ОВД

3. Картотека игр м/п

4. Речевые пальчиковые игры (интернет источник)

**Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников,
их индивидуальными и возрастными особенностями во 2 младшей группе**

В организации физической двигательной деятельности используются методы и приемы в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями:

1. Наглядные методы - показ физического упражнения, имитация, помощь, звуковые и зрительные ориентиры

2. Словесные методы – объяснение, сюжетный рассказ, беседа

3. Практические методы – использование игровых приемов, вызывающих интерес к физкультуре, положительная оценка

Календарное планирование во 2 младшей группе

Сентябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с султанчиками	Ходьба между двумя линиями, пролезание в малый туннель на четвереньках прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Солнышко и дождик» -игра м/п «Мои ладошки»
2 неделя	ОРУ без предмета	Перекатывание мяча в парах, сидя на полу, ползание на четвереньках по прямой до игрушки, прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Птички в гнздышках сидят» -игра м/п «Кто позвал»
3 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба между двумя линиями, ползание на четвереньках в малом туннеле, прыжки на двух ногах с доставанием подвешенного предмета рукой	Подвижная игра «Принеси игрушку» игра м/п «Постучи кулачком»
4 неделя	ОРУ с погремушками	Ходьба и бег между двумя линиями, подлезание под дугу на четвереньках, прыжки на двух ногах, прокатывание мяча в парах, сидя	Подвижная игра «Самолёты» игра м/п «Цып-цып»

Октябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с султанчиками	Ходьба между двумя линиями, пролезание в малый туннель на четвереньках, прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Солнышко и дождик» -игра м/п «Мои ладошки»
2 неделя	ОРУ без предмета ОРУ без предметов	Ходьба друг за другом, ползание на четвереньках под шнуром, прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Мы весёлые ребята» -игра м/п «Надуй шарик»
3 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба и бег друг за другом между двумя линиями, ползание на четвереньках под шнуром, прыжки на двух ногах вверх, доставая до предмета	Подвижная игра «Мыши и кот» -.)игра м/п «Поезд»
4 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба и бег друг за другом между двумя линиями, ползание на четвереньках по прямой, бросание мяча вдаль	-Подвижная игра «Лошадки» -игра м/п «Колокольчик»

Ноябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с платочком	Ходьба между двумя линиями с остановкой по сигналу, ползание на четвереньках в туннеле, прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Лохматый пёс» -игра м/п «Петушок»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба с высоким подниманием колен, ползание на четвереньках под ворота из модулей, прыжки на двух ногах	-Подвижная игра «Курочка и цыплята» -игра м/п «Петушок»
3 неделя	ОРУ с мячом	Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях, ходьба с высоким подниманием колен, ползание на четвереньках под ворота из модулей, прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Воробушки и кот» -игра м/п «Колпачок»
4 неделя	ОРУ с малым обручем	Ходьба между двумя линиями с остановкой по сигналу, ползание на четвереньках по прямой, прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	Подвижная игра «Серые мышки» -игра м/п «Пузырь»

Декабрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры

1 неделя	ОРУ с малой спорт палкой	Ходьба с высоким подниманием колен, ползание на четвереньках в туннеле, прыжки на двух ногах вокруг обруча	-Подвижная игра «Найди свой домик» -игра м/п «По ровненькой дорожке»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба и бег между двумя линиями друг за другом, ползание на четвереньках вокруг обруча в одну и в другую стороны, прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Подвижная игра «Снежинки и ветер» -игра м/п «Найди игрушку»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба на носках между двумя линиями, ползание на четвереньках вокруг обруча в одну и в другую стороны, прыжки на двух ногах через плоскую палку	Подвижная игра «Зима пришла» - пал.игра «Ежата»
4 неделя	ОРУ с кубиками	Прокатывание мячей друг другу, сидя на полу ходьба на носках между двумя линиями, ползание на четвереньках под ворота из модулей	Подвижная игра «Берегись, заморожу!» - игра м/п «Мои ладошки»

Январь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя			

2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба на пятках между двумя линиями, ползание на четвереньках и подлезание под дугу, прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Снежиночки - пушиночки» - игра м/п «Зайка беленький сидит»
3 неделя	ОРУ с кеглями	Ходьба с высоким подниманием колен, ползание на четвереньках и подлезание под дугу, прыжки на двух ногах вокруг обруча	Подвижная игра «Зайцы и волк» - игра м/п «Кто позвал?»
4 неделя	ОРУ с мячом	Бросание мяча о пол и ловля двумя руками. ходьба и бег между двумя линиями, ползание на четвереньках и пролезание в обруч, прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Снежинки и ветер» - игра м/п «Поезд»

Февраль

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с малой палкой	Бросание мешочка в обруч снизу Ходьба между двумя линиями на носках, пролезание на четвереньках в модульное колесо,	Подвижная игра «Лиса в курятнике» - игра м/п «Карусели»

		прыжки на двух ногах через плоские палки	
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба с перешагиванием через кубики. Пролезание на четвереньках под шнур Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	Подвижная игра «Воробушки и автомобиль» - игра м/п «Кто позвал?»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба по гимн. скамье, руки в стороны Подлезание на четвереньках под воротики из модулей Прыжки на двух ногах вокруг обруча	Подвижная игра «Принеси флажок» - игра м/п «Весёлый колокольчик»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба с перешагиванием через модульные бруски. Пролезание на четвереньках в колесо из модулей. Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Лохматый пёс» - игра м/п «Петушок»

Март

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба с перешагиванием через кубики. Ползание на четвереньках и подлезание под шнур. прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Подвижная игра «Поезд» - игра м/п «Надуй шарик»

2 неделя	ОРУ с флажками	Ходьба по гимн. скамье, приставляя пятку к носку. Ползание на четвереньках вокруг обруча. Прыжки на двух ногах вверх, доставая до предмета	Подвижная игра «Солнышко и дождик» - игра м/п «Петушок»
3 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба с перешагиванием через кубики. Перелезание через бруски. Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Такси» - игра м/п «Цып, цып,цып»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье, руки в стороны. Перелезание через бруски. Прыжки на двух ногах вокруг обруча	. Подвижная игра «Зайцы и волк» - игра м/п «Надуй шарик»

Апрель

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с малыми палками	Ходьба по гимн. скамье, перешагивая через кубики. Пролезание на четвереньках в туннеле. Прыжки в длину с места	Подвижная игра «Скворцы» - игра м/п «Кто позвал?»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по канату боком приставным шагом. Ползание на четвереньках по прямой и пролезание в колесо из	Подвижная игра «Кошка и мышки» - игра м/п «Жили - были зайчики»

		модулей. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	
3 неделя	ОРУ с мячом	Бросание мяча двумя руками от груди. Ходьба с высоким подниманием колен. Пролезание на четвереньках в обруч. Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Воробушки и автомобиль» - игра м/п «Поезд»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье, перешагивая через кубики. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Прыжки на двух ногах вокруг обруча	. Подвижная игра «Мы весёлые ребята» - пал. игра «Две подружки» (Речевые и пальчиковые игры)

Май

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба по канату боком приставным шагом. Лазание по гимн. стенке. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Подвижная игра «Поймай комара» - игра м/п «Мы топаем ногами»
2 неделя	ОРУ без предметов	Бросание мяча через шнур Ходьба с перешагиванием через малые бруски Ползание на четвереньках и пролезание в обруч прямо Прыжки на двух ногах через плоские палки	Подвижная игра «Самолёты» - игр. упр. «Сбей кеглю»
3 неделя		Ходьба по гимн. скамье, руки в	Подвижная игра

	ОРУ с малыми палками	стороны и прыгивание Ползание на четвереньках и пролезание в туннель Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Найди свой домик» - игр. упр. «Допрыгай до флажка»
4 неделя	ОРУ с ленточками	Бросание мешочка в обруч снизу Ходьба по гимн. скамье, приставляя пятку к носку Ползание на четвереньках по прямой Прыжки на двух ногах через плоские палки	. Подвижная игра «Зайцы и волк» - игр. упр. «Через верёвочку»

Литература:

Сучкова И.М., Мартынова Е.А. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с

2.План –график ОВД

3. Картотека игр м/п

4.Речевые пальчиковые игры (интернет источник)

Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями в средней группе

В организации физической двигательной деятельности используются методы и приемы в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями:

- 1.Наглядные методы- показ физического упражнения, имитация, звуковые и зрительные ориентиры
2. Словесные методы – пояснение, вопросы, беседа, указание
3. Практические методы – повторение с изменением, оценка

Календарное планирование в средней группе

Сентябрь

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба с перешагиванием через предмет, подлезание под шнур, прыжки на месте с поворотом	П.И. «Птички и кошка» Палчиковая игра «Две подружки»

2 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба между двумя линиями, подлезание в ворота из модулей, прыжки с продвижением вперед	П.И. «Пилоты» И.М.П. «Зайка беленький сидит»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба между двумя линиями, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, подбрасывание и ловля мяча.	П.И. «Гуси –лебеди». Пальчиковая игра «Твои пальчики»
4 неделя	ОРУ с лентами	Ходьба по прямо с перешагиванием через препятствия, пролезание в тоннель, допрыгивание до ориентира на двух ногах	Подвижная игра « В лесу» игра м/п «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем

Октябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба с перешагиванием через предмет, подлезание под шнур, прыжки на месте с поворотом	П.И. «Птички и кошка» Палчиковая игра «Две подружки»
2 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба между двумя линиями, подлезание в ворота из модулей, прыжки с продвижением вперед	П.И. «Пилоты» И.М.П. «Зайка беленький сидит»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба между двумя линиями, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, подбрасывание и ловля мяча	П.И. «Гуси –лебеди». Пальчиковая игра «Твои пальчики»

4 неделя	ОРУ с лентами	Ходьба по прямо с перешагиванием через препятствия, пролезание в тоннель, допрыгивание до ориентира на двух ногах	Подвижная игра « В лесу» игра м/п «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем»
----------	---------------	---	---

Ноябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба по гимн. скамье, перешагивая кубики Ползание на четвереньках по прямой Прыжки на двух ногах между кеглями	П.И. Подвижная игра « Цветные автомобили» пал.игра « зарядка для пальчиков»
2 неделя	ОРУ без предмета	Ползание по гимн. скамье на животе, подтягиваясь двумя руками, хват с боков Прыжки на двух ногах вперёд до флажка	»Подвижная игра « Птички и кошка» -игра м/п « Качели
3 неделя	ОРУ с малой палкой	Ходьба по гимн. скамье с поворотом на середине Ползание в туннеле на четвереньках Прыжки на двух ногах через	Подвижная игра « Найди себе пару» -пал. игра « Ежата»

		плоские палки	
4 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимн. скамье с мешочком на голове, руки на поясе Ползание на четвереньках по прямой до ориентира Прыжки из обруча в обруч на двух ногах	Подвижная игра « Ходит кот по лавочке» -игра м/п « Угадай, чей голосок?»

Декабрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с большим мячом	Ходьба по канату боком, наступая серединой стопы Ползание в туннеле на четвереньках Прыжки на двух ногах с поворотом вправо-влево.	Подвижная игра « У медведя во бору» -пал. игра « Пальчики в лесу»
2 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимн. скамье ,руки на поясе, на середине присесть руки в стороны Пролезание на четвереньках в модульное колесо Прыжки через бруски	- Подвижная игра « Ловкие гномы») - игра м/п « Метелица
3 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба по прямой, перешагивая через предметы Ползание на четвереньках по гимн. скамье Прыжки на двух ногах через плоские палки	- Подвижная игра « Снежинки и ветер» - игра м/п « Метание снежков»

4 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по канату боком, наступая серединой стопы Ползание по- медвежьи Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.	- Подвижная игра « Пингвины» - игра м/п «Снежиночки - пушиночки»
----------	------------------	--	---

Январь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя		.	
2 неделя	ОРУ с обручем	Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками Ходьба по гимн. скамье, высоко поднимая колени Ползание по-медвежьи Прыжки через канат справа-слева	Подвижная игра «Весёлые снежинки » игра м/п «Зайка беленький сидит»
3 неделя	ОРУ с кубиками	Прокат обручей друг другу Ходьба между двумя линиями на носках Подлезание под шнур с мячом в руках, не касаясь руками пола Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд до ориентира.	- Подвижная игра «Найди пару » - игра м/п «Перебрось снежки»
4 неделя	ОРУ без предмета	Перебрасывание мячей друг другу снизу Ходьба по гимн. скамье, руки на	- Зайцы и волк » - пал. игра «Холодно»

		поясе, на середине присесть -руки в стороны Пролезание в модульное колесо прямо на четвереньках Прыжки на двух ногах с поворотом вправо – влево	
--	--	---	--

Февраль

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кеглей	Ходьба по дорожке на носках Ползание по гимн. скамье на четвереньках Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Подвижная игра «Ловишки - перебежки » - игра м/п «Где постучали?»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба с перешагиванием через модули Ползание по скамье на четвереньках Прыжки на одной ноге до ориентира	Подвижная игра «Воробушки » - игра м/п «Низко - высоко»
3 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по «дорожке здоровья» Ползание в туннеле Прыжки на ногах через модульные бруски.	«Пограничники и нарушители» - игра м/п «Сигнальная азбука»
4 неделя	ОРУ с лентами	Ходьба по гимн. скамье боком Пролезание под модульную дугу	Подвижная игра

		Прыжки из обруча в обруч на двух ногах Метание в горизонт. цель	«Лёгкие снежинки » - игра м/п «Угадай, чей голосок»
--	--	--	--

Март

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с малой палкой	Ходьба по гимн. скамье с мешочком на голове, руки в стороны Пролезание в обруч боком Прыжки в длину с места	Подвижная игра «Перелёт птиц » - игра м/п «Мостик»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по дорожке здоровья Пролезание в туннель на четвереньках Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. Перебрасывание мешочков через шнур	Подвижная игра «Бездомный заяц» - пал. игра «Белка
3 неделя	ОРУ с большим мячом	Ходьба по канату, пятки на канате, носки на полу Подлезание под дугу из модулей прямо Прыжки на одной ноге поочередно до кубика	Подвижная игра «Охотник и зайцы» - игра м/п «Качели»
4 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба по шнуру, приставляя пятку к носку Ползание по гимн. скамье на животе, подтягиваясь руками, хват с боков Прыжки на двух ногах через	-Подвижная игра «Самолёты» -пал. игра «Ёжик»

модульные бруски

Апрель

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кеглей	Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой Ходьба по гимн. скамье, перешагивая через кубики Пролезание в модульное колесо прямо Прыжки на двух ногах через бруски	Подвижная игра «У медведя во бору» -игра м/п « Угадай, чей голосок?»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба боком, перешагивая через модульные бруски Пролезание в туннель на четвереньках Прыжок в высоту с места Прыжки через " заборчик" из модулей	Подвижная игра «Космонавты» -пал. игра « Кто быстрее?»
3 неделя	ОРУ с большим мячом	Подбрасывание мяча и ловля двумя руками Ходьба по гимн. скамье, на середине присесть руки в стороны Пролезание в обруч боком Прыжки через бруски	Подвижная игра «Цветные автомобили» -пал. игра «Две подружки»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье, высоко поднимая колени Лазание по гимн. стенке Прыжки из обруча в обруч	- Подвижная игра «Совушка» - игра м/п «Качели»

Май

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кубиками	Ходьба по гимн. скамье перешагивая через кубики Подлезание под шнур с мячом в руках, не касаясь пола Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.	Подвижная игра «Зайцы и волк» - пал. игра «Кораблик»
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье с поворотом на середине Ползание «по-медвежьи» Прыжки через бруски	Подвижная игра «Удочка» - игра «Попади в корзину»
3 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по "дорожке здоровья" Подлезание под канат Прыжки на одной ноге поочередно до ориентира	Подвижная игра «Комарики - мошки» - игра м/п «Съедобное - несъедобное»
4 неделя	ОРУ с гимнастической палкой	Ходьба по скамье боком приставным шагом Подлезание на четвереньках под дуги из модулей Прыжки через модульные бруски	Подвижная игра «Найди пару» - игра «Сбей кеглю»

Литература:

- 1.Сучкова И.М., Мартынова Е.А. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе « Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с
- 2.План –график ОВД
3. Картотека игр м/п
- 4.Речевые пальчиковые игры (интернет источник)

**Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников,
их индивидуальными и возрастными особенностями в старшей группе**

В организации физической двигательной деятельности используются методы и приемы в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями:

1. Наглядные методы- имитация, звуковые и зрительные сигналы, наглядные пособия
2. Словесные методы –описание, команды, беседа, указание, оценка
3. Практические методы – игры, соревнования, эстафеты для развития двигательной инициативы и самостоятельности

**Календарное планирование двигательной деятельности для старшей группы
Сентябрь**

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье с перешагиванием через предметы Допрыгивание до предмета Пролезание в обруч прямо и боком	Подвижная игра « Мы весёлые ребята» - пал.игра « Старый ёж»
2 неделя	ОРУ без предметов	Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками снизу Ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком на спине ;ходьба по канату приставным шагом, прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен	игра « Медведи и пчёлы», -пал. игра « Две подружки»
3 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба по гимн. скамье прямо и боком с мешочком на голове Пролезание под дугами разной высоты, прыжки на двух ногах между предметами	П.игра « Охотники и зайцы» -Игра м/п « Капуста -редиска
4 неделя	ОРУ с лентами	Перебрасывание и ловля мяча в шеренгах после удара мяча о пол .Перешагивание через бруски с мешочком на голове - пролезание прямо и боком в обруч - прыжки боком из обруча в обруч	эстафета с мячом « Кто быстрее?» -Игра м/п « Дом»

Октябрь

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с кеглями	Ходьба по гимн. скамье боком приставным шагом, перешагивая через кубики Прыжки на двух ногах через шнуры боком	Подвижная игра «Весёлые собачки» - пал. игра «Старый ёж»
2 неделя	ОРУ без предметов	Передача мяча двумя руками от груди Ходьба по гимн. скамье на носках Подлезание в обруч с мячом Прыжки на одной ноге	Подвижная игра «Гуси-лебеди» -Игра м/п «Съедобное-несъедобное»
3 неделя	ОРУ с гимнастической палкой	Ходьба на носках между предметами руки за голову Переползание через скамью Прыжки боком через палки	Подвижная игра «Ловишка с мячом» -Игра м/п «Тук-тук»
4 неделя	ОРУ без предметов	Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой Ходьба по гимн. скамье боком, на середине присесть Ползание на четвереньках между кеглями Прыжки на одной ноге	Подвижная игра «пятнашки» -Игра м/п «Ручки-ножки»

Ноябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье, перекладывая мяч Ползание на четвереньках, подталкивая набивной мяч головой Прыжки через бруски. Упражнения на тренажёрах	эстафета « Кто быстрее?» -Игра м/п « Дерево, кустик, трава»
2 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба на носках между предметами, руки за голову Ползание на четвереньках с мешочком на спине Прыжки на одной ноге между предметами	П/и « Ловишка с мячом» - пал. игра « Две подружки»
3 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по гимн. скамье на носках Подлезание под шнур боком Подпрыгивание с ноги на ногу вперёд	П/и « Вороной конь» -Игра м/п «Угадай по голосу»
4 неделя	ОРУ без предметов	Перебрасывание мяча стоя на коленях из-за головы Ходьба по гимн. скамье прямо и боком с мешочком на голове Ползание с мешочком на спине Прыжки через шнуры	эстафета « Накрой стол» - пал. игра «Ежата»

Декабрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком с перешагиванием через бруски Ползание на четвереньках между кеглями Прыжки на двух ногах между модулей	П/и « Пустое место» -Игра м/п «Дом»
2 неделя	ОРУ с палками	Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди Ходьба с перешагиванием вперёд-назад через модули Ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях Прыжки через бруски	П/и « Горелки» -Игра м/п «По дорожке
3 неделя	ОРУ с гантелями	Перешагивание через бруски с мешочком на голове -Ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком на спине -Прыжки через плоские палки правым и левым боком	П/и «Пограничники и нарушители» - пал. игра м/п «Где чей дом?»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком и прямо с мешочком на голове Ползание на четвереньках между предметами Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен	эстафета « Бег на лыжах» -Игра м/п «Ёлочка

Январь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя			
2 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье приставляя пятку к носку Переползание через бревно-модуль Прыжки боком через плоские палки	эстафета « Полёт на метле» -игра « Вороны и воробьи
3 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба по гимн. скамье на носках; Подлезание под дугу прямо и боком Прыжки из обруча в обруч боком 2.Перебрасывание и ловля мяча в шеренгах после удара мяча от пола	-П/и « Мы весёлые ребята» Игра м/п « Ёлочка»
4 неделя	ОРУ без предметов	Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди Ходьба между брусками на носках, руки за головой Переползание через бревно-модуль Прыжки на двух ногах вперёд ноги вместе-врозь	П/и « Два мороза» - Игра м/п « Три медведя»

Февраль

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком – на середине присесть Ползание на четвереньках с мешочком на спине Прыжки через модульные бруски 2. Упражнения на тренажёрах	П./и « Ловишки-ёлочки» - Игра м/п « Как живёшь?»
2 неделя	ОРУ с флажками	Ходьба с перешагиванием через шнур высотой 40 см Пролезание на коленях и локтях в модульный круг Прыжок в длину с места 2.Подбрасывание мяча вверх и ловля одной рукой	П/и « Ловишка со снежками» - Игра м/п « Снеговик»
3 неделя	ОРУ с гимнастической палкой	Ходьба между предметами руки за головой Ползание на ладонях и ступнях Прыжки змейкой между предметами на двух ногах 2.Метание в верт. цель одной рукой раст. 3м	эстафета « Разведчики» - Игра м/п « Сигнальная азбука
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба боком, перешагивая через модульные бруски Пролезание под шнур боком Прыжки на одной ноге по прямой	- П/и « Хитрая лиса» - Игра м/п « Кто ушёл?»

Март

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	<p>Ходьба по канату боком с мешочком на голове</p> <p>Ползание на ладонях и ступнях между предметами</p> <p>Прыжки на двух ногах через плоские палки правым и левым боком</p>	<p>П/и «Бездомный заяц»</p> <p>- пал. игра «Белка»</p>
2 неделя	ОРУ с кеглей	<p>Ходьба на носках между предметами, руки за голову</p> <p>Ползание с мешочком на спине</p> <p>Прыжки на батуте</p>	<p>- П/и «Догони свою пару»</p> <p>- пал. игра м/п «Мои помощники»</p>
3 неделя	ОРУ с малой палкой палкой	<p>Ходьба по скамье на носках</p> <p>Ползание по «по-медвежьи» (на ступнях и ладонях)</p> <p>Прыжки на одной ноге до ориентира.</p> <p>.Перебрасывание мяча стоя на коленях из-за головы.</p>	<p>-П/и «Медведь и пчёлы»</p> <p>- пал. игра «Мышка»</p>
4 неделя	ОРУ без предметов	<p>Ходьба по гимн. скамье боком, на середине присесть</p> <p>Подлезание под шнур боком, не касаясь пола</p> <p>Прыжки на одной ноге через плоские палки</p>	<p>-П/и «Хитрая лиса»</p> <p>Игра м/п «Кто ушёл?»</p>

Апрель

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по канату боком с мешочком на голове Пролезание в обруч прямо и боком Прыжки на двух ногах через палки боком (30 -40 см). Пролезание в обруч прямо и боком	П/и « Охотники и зайцы» - пал. игра « Белка»
2 неделя	ОРУ с малым мячом	Ходьба по гимн. скамье на носках Метание в верт. цель правой – левой рукой 3м Прыжки из обруча в обруч боком. 2. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками через хлопок.	П/и « Космонавты» - игра м/п « Кто летает?»
3 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по гимн. скамье приставляя пятку к носку Лазание по гимн. стенке Пролезание на локтях и коленях в модульное колесо Прыжки через модульные бруски, плоские палки	- эстафета « Полоса препятствий» - пал. гим. « Дружба»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по гимн. скамье перекладывая мяч Ползание «по-медвежьи» Прыжки из обруча в обруч боком. Прыжки на скакалке.	/и « Мы весёлые ребята» - пал. игра « Зарядка для пальцев»

Май

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с гимнастической палкой	Ходьба на носках между предметами, руки за голову Ползание по гимн. скамье на животе, подтягиваясь двумя руками .Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. Упражнения на тренажёрах	П/и « Пограничники и нарушители» - пал. игра « Божьи коровки»
2 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимн. скамье, приставляя пятку к носку Пролезание в туннель Прыжки на двух ногах вперёд, ноги вместе- врозь. Прыжки через скакалку	П/и « Городки» - игра м/п « Угадай по голосу»
3 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба боком, перешагивая через предметы Подлезание под воротами из модулей подталкивая мяч головой Прыжки в длину с места. Метание в верт. цель мяча	П/и « Мышеловка» - игра м/п « Как живёшь
4 неделя	ОРУ с кеглей	Ходьба по канату боком, пятки на канате, носки на полу на середине присесть Ползание «по - медвежьи» Прыжки на двух ногах через бруски. Ведение мяча баскет. вариантом	/ П/и « Пятнашки» - игра м/п « Найди, где спрятано »

Литература:1 1., Мартынова Е.А.,Давыдова Н.А.,Кислова Н.р. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе « Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с

2.План –график ОВДЗ. Карточка игр м/п 4.Речевые пальчиковые игры (интернет источник)

**Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников,
их индивидуальными и возрастными особенностями в подготовительной группе**

В организации физической двигательной деятельности используются методы и приемы в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями:

1. Наглядные методы- имитация, звуковые и зрительные сигналы, наглядные пособия
2. Словесные методы –описание, команды, беседа, указание, самооценка, повторение с изменением
3. Практические методы – игры, соревнования, эстафеты для развития двигательной инициативы и самостоятельности

Календарный план двигательной деятельности для подготовительной группы

Сентябрь

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ без предмета	Ходьба по гимн. скамье с мешочком на голове -Пролезание под шнур прямо и боком, перепрыгивание через шнур	Подвижная игра « Передай под ногой» -Игра м/п « Старый ёж»
2 неделя	ОРУ с мячом ОРУ	Ходьба по гимн скамье боком, перешагивая через предметы; -пролезание в обруч правым и левым боком; -прыжки с разбега с доставанием до предмета на высоту поднятой руки	П/ игра « Зайцы в огороде», -Игра м/п « Две подружки»
3 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по гимн. скамье ,поднимая прямую ногу, хлопнуть под коленом руки развести в стороны; -ползание упр. «крокодил»; прыжки на правой и левой ноге -Прыжки на двух ногах между предметами	Подвижная игра «Совушка» -Игра м/п « Капуста -редиска»
4 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	Ходьба приставным шагом боком через предметы; .ползание на животе по скамье, подтягиваясь двумя руками; - прыжки на двух ногах через бруски перебрасывания и ловли мяча в парах после удара мяча о пол	/ Эстафета с мячом « Кто быстрее?» -Игра м/п « Дом»

Октябрь

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с обручем	Ходьба по гимн. скамье боком приставным шагом, перешагивая через кубики; -пролезание через 3 обруча; -прыжки на одной ноге через шнур	эстафета «Бег из обруча в обруч» -Игра м/п « Дом»
2 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	.Ходьба по гимн. скамье на носках, руки за голову, на середине присесть; 2.пролезание под дугу, подкатывая мяч головой; - прыжки на двух ногах через шнур справа – слева.	»эстафета с мячом « Кто быстрее?» -Игра м/п « Птицелов»
3 неделя	ОРУ с обручем	ходьба по гимн. скамье с хлопком перед собой; -пролезание в обруч правым и левым боком; -прыжки между предметами и в обруч	Подвижная игра «Ловишка-ежик» -Игра м/п « Подбери признак
4 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	Ходьба по гимн. скамье боком с мешочком на голове, руки на поясе; 2.ползание на четвереньках по прямой , подталкивая мяч головой -прыжки на одной ноге через шнур.	эстафета со спортивной палкой « Бегом вокруг палки» (№12- 44с). -Игра м/п « Узнай по голосу»

Ноябрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	Ходьба на носках между предметами, руки за голову; ползание по скамье на четвереньках с мешочком на спине; прыжки через шнуры прямо..Метание в гор. Цель	эстафета со спортивной палкой «Из рук в руки
2 неделя	ОРУ с кубиками	. Ходьба по канату боком приставным шагом -подлезание под шнур правым и левым боком; -прыжки на правой - левой ноге -Забрасывание мяча в корзину от груди	Подвижная игра «Одуванчик» -Игра м/п « Улитка»
3 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по гимн. скамье боком перешагивая через предметы -ползание по скамье на животе, подтягиваясь двумя руками - прыжки на двух ногах через шнур справа- слева. . Перебрасывание мяча из-за головы.	Эстафета «Передай флаг»
4 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	Ходьба на носках между предметами, руки за голову; - пролезание под дугу, подталкивая мяч; -прыжки через шнуры прямо. - Прыжки через скакалку.	эстафета с мячом « Кто быстрее?» -Игра м/п « Птицелов»

Декабрь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с о спортивной палкой	Ходьба по гимн. скамье, приседая на правую и левую ногу; -ползание упр. «крокодил» -прыжки из обруча в обруч.	Подвижная игра «Скакалка подсекалка» -Игра м/п « Салют»
2 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по скамье навстречу друг другу, на середине разойтись -лазание по гимн. стенке с переходом на другой пролёт -; прыжки на одной ноге через шнур; отбивание мяча в ходьбе.	Подвижная игра «Капкан» -Игроритмика
3 неделя	ОРУ со скакалкой	Ходьба на носках между предметами, руки за голову; ползание по скамье по –медвежьи; прыжки через шнуры прямо.	полоса препятствий -Игра м/п « Дом»
4 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	.Ходьба по гимн. скамье приставляя пятку к носку с мешочком на голове; -ползание по скамье четвереньках с мешочком на спине -прыжки на одной ноге через шнур. II.Перебрасывание мяча друг другу снизу.	Подвижная игра « Два мороза» -Игра м/п « Я знаю пять имен»

Январь

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя			
2 неделя	ОРУ с гантелями	. Ходьба по гимн. скамье с хлопком перед собой -переползание через три обруча - прыжки через скакалку -метание в горизонт. цель.	Подвижная игра «Эй, ловишка выходи!» -Игра м/п « Съедобное –несъедобное»
3 неделя	ОРУ с малой спортивной палкой	Ходьба по гимн. скамье, приседая на правую и левую ногу; -ползание упр. «крокодил» -прыжки из обруча в обруч.	Подвижная игра«Скакалка подсекалка» -Игра м/п « Зимние забавы
4 неделя	ОРУ с обручем	Ходьба боком по канату приставным шагом -проползание через туннель - прыжки с мешочком, зажатым между колен -прокатывание обручей друг другу.	Подвижная игра « От последнего к первому» -Игра м/п « Игра со снежком»

Февраль

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба по гимн. скамье боком перешагивая через предмет -подтягиваясь двумя руками -прыжки на двух ногах через шнуры перебрасывание мяча друг другу снизу	Эстафета с мячом «Большой .маленький » -Игра м/п « Малечина-калечина»
2 неделя	ОРУ с флажками	Ходьба по гимн. скамье боком с мешочком на голове, руки на поясе -пролезание в обруч правым и левым боком - прыжок через скакалку. .Бросание мяча вверх и ловля двумя руками	Подвижная игра « Охотники и лисица» -Игра м/п « Зимнии забавы»
3 неделя	ОРУ со спортивной палкой	Ходьба по канату боком приставным шагом -прыжок с разбега с приземлением на мат. -ведение мяча баскет.вариант	Полоса препятствий -Игра м/п « Конники наездники
4 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба, приставляя пятку к носку; пролезание под модульными брусками; запрыгивание на препятствия; прыжки через скакалку. дорожка	Подвижная игра « Перешагни и прсядь» -Игра м/п « Игра со снежком»

Март

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Ходьба по гимн. скамье боком с мешочком на голове -перешагивая через кубики - пролезание в обруч правым и левым боком; прыжки на двух ногах вдоль шнура справа –слева	Эстафета с мячом -Игра м/п « Подскажи словечко»
2 неделя	ОРУ с гантелями	Ходьба по гимн. скамье на носках, руки за голову, на середине присесть; пролезание под дугу, подкатывая мяч головой - прыжки с разбега с приземлением. на мат	Подвижная игра « Невод и золотые рыбки» -Игра м/п « Чистюля
3 неделя	ОРУ со кеглями	Ходьба змейкой между брусками на носках, руки за голову -ползание на животе по гимн. скамье; прыжки на одной ноге поочерёдно с продвижением вперёд.; прыжки в длину с места	« Перешагни и присядь» -Игра м/п « Дятел»
4 неделя	ОРУ без предметов	Ходьба по боком с высоким подниманием колен через бруски - пролезание в ворота из модуля - прыжки через бревно из модуля.	Подвижная игра « Горелки» -Игра м/п « Киселек»

Апрель

недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	<p>ходьба по канату боком приставным шагом</p> <p>- ползание по скамье на с мешочком на спине</p> <p>- прыжки с мешочком, зажатым между колен; отбивание мяча баскет. вариантом.</p>	<p>» Подвижная игра « К своим флажкам»</p> <p>-Игра м/п « Светофор</p>
2 неделя	ОРУ с обручем	<p>Ходьба парами по двум параллельным скамейкам</p> <p>- ползание «По- медвежьи- прыжки на батуте</p>	<p>Подвижная игра « Космонавты»</p> <p>-Игра м/п « Киселек»</p>
3 неделя	ОРУ без предметов	<p>Ходьба по гимн. скамье навстречу другу, на середине разойтись -;</p> <p>ползание на четвереньках по прямой; прыжки боком вдоль каната. другу.</p>	<p>Подвижная игра « Хитрая лиса»</p> <p>-Игра м/п « Где мы были вам не скажем, а что делали покажем»</p>
4 неделя	ОРУ с мячом	<p>. Отбивание мяча в ходьбе</p> <p>- ползание по скамье на четвереньках с мешочком на спине</p> <p>- прыжки из обруча в обруч. Метание в гориз. цель 3-4 м</p>	<p>Подвижная игра « Сбей кеглю»</p> <p>-Игра м/п « Перетягивание каната</p>

Май

Недели	ОРУ	ОВД	Подвижные игры
1 неделя	ОРУ с мячом	Отбивание мяча в ходьбе - ползание по скамье на четвереньках с мешочком на спине - прыжки из обруча в обруч. Метание в гориз. цель 3-4 м.	Подвижная игра « Сбей кеглю» -Игра м/п « Перетягивание каната
2 неделя	ОРУ с гимнастической палкой	Ходьба парами по двум параллельным скамейкам - пролезание под дугу прокатывая мяч головой - прыжки через шнуры боком - Отбивание мяча в ходьбе	Подвижная игра « Найди себе пару» -Игра м/п « Хомячок»
3 неделя	ОРУ с обручем	Ходьба по гимн. скамье с мешочком на голове, приставляя пятку к носку - пролезание в обруч правым и левым боком - прыжки на одной ноге. Отбивание мяча баскет. вариант	Подвижная игра « Бездомный заяц» -Игра м/п «Морское путешествие
4 неделя	ОРУ со скакалкой	ползание по скамье на четвереньках с мешочком на спине - прыжки через скакалку -метание в гориз. цель 3-4 м - отбивание мяча в ходьбе.	Подвижная игра « Удочка» -Игра м/п « Паучок»

Литература:1. Мартынова Е.А, Давыдова Н.А. ,Кислова Н.Р.. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе « Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с2.План –график ОВДЗ. Картотека игр м/п4.Речевые пальчиковые игры (интернет источник)

Расписание организованной двигательной деятельности

Понедельник

09:00 – 09:15 – 7 группа (II младшая)
09:25 – 09:40 – 3 группа (II младшая)
09:45 – 10:02 – 4 группа (средняя)
15:20 – 15:46 – 5 группа (подготовительная)
16:25 – 16:51 – 9 группа (подготовительная)

Вторник

09:00 – 09:22 – 2 группа (старшая)
09:35 – 09:57 – 12 группа (старшая)

Среда

09:00 – 09:17 – 8 группа (средняя)
09:30 – 09:52 – 2 группа (старшая)
09:55 – 10:17 – 6 группа (старшая)

Четверг

09: 00 – 09:15 –7 группа (II младшая)
09:25 – 09:40 – 3 группа (II младшая)
09:45 – 10:02 – 4 группа (средняя)
15:20 – 15:46 – 5 группа (подготовительная)
16:25 – 16:51 – 9 группа (подготовительная)

Пятница

09:00 – 09:22 – 6 группа (старшая)
09:30 – 09:47 – 8 группа (средняя)
09:50– 10:12 – 12 группа (старшая)

2.1.5. ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Цель:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, совершенствование их физического развития, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- охранять и укреплять здоровье детей;
- создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- обеспечивать физическое и психическое благополучие детей;
- выявлять интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и реализации их через систему физкультурно – оздоровительной работы

Формы физкультурно – оздоровительной работы:

- физкультурное занятие;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна;
- динамические разминки;
- игры на развитие мелкой и крупной моторики кистей рук;
- подвижные игры и упражнения на прогулке
- физкультурные праздники, развлечения, недели Здоровья

Для организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду имеются: музыкально - физкультурный зал, спортивная площадка на улице, физкультурные центры во всех возрастных группах.

В детском саду используются наиболее универсальные, эффективные и доступные для детей дошкольного возраста закаливающие мероприятия.

Закаливающие мероприятия проводятся с использованием всех природных факторов: вода, воздух, солнце, земля (хождение босиком). Закаливающие

мероприятия осуществляются круглый год, в группах применяются следующие методики закаливания Л. В. Шиман «Сухая варежка», Кузнецовой М.Н «Воздушные ванны», В.В. Горбунов «Методика солевого закаливания».

Ведущими составляющими здоровьесберегающей деятельности в детском саду являются:

- рациональная организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями;
- организация сбалансированного питания воспитанников;
- организация оптимальной двигательной активности в течение дня;

- формирование ценности здорового образа жизни;
- систематическое внедрение профилактических и оздоровительных мероприятий.

2.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

2.2.1. 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 детского сада, в соответствии с возрастными особенностями детей.

Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания.

Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания.

Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.

Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания.

Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания.

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 детского сада 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 детского сада с другими учреждениями образования и культуры (музеи, театры, библиотеки, и другое), в том числе системой дополнительного образования детей.

Структура Программы воспитания включает три раздела: целевой, содержательный и организационный.

Цели и задачи воспитания физического и оздоровительного направления

Цель: - личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

- формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Задачи:

- содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Цель направления физического и оздоровительного воспитания

Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

Ценности - 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.

Целевые ориентиры воспитания

Деятельность воспитателя 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 раннего возраста (к трем годам).

Направление воспитания	Ценности	Показатели
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	<p>Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.</p> <p>Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.</p>

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направление воспитания	Ценности	Показатели
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	<p>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.</p> <p>Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.</p> <p>Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.</p>

Задачи воспитания образовательной области «Физическое развитие»

Поскольку в детском саду создан единый воспитательно-образовательный процесс, то в ней в комплексе решаются воспитательные, обучающие и развивающие задачи педагогического процесса. Задачи по воспитанию базовых ценностей интегрируются с воспитательными задачами, реализуемыми при реализации образовательных областей.

Образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

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

- 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 гигиеническим нормам и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы по физическому и оздоровительному направлению

№ п/п	Дата	Воспитательное событие	Формы организации образовательного процесса в разных возрастных группах				
			Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1.	1 сентября	День знаний		беседа	Игровой конкурс «Мы пока что дошколята»	Физкультурный досуг «День Знаний»	
2.	27 сентября	Международный день туризма		Поход-экскурсия по участку детского сада	Поход-экскурсия по участку детского сада	Игровой квест «По родному краю с рюкзаком шагаю»	
3.	5 октября	День отца в России		Презентация «Мой папа самый сильный»	Физкультурный досуг с участием пап « С папой весело играть»	Спортивный досуг с участием пап «Весёлые старты»	

№ п/п	Дата	Воспитательное событие	Формы организации образовательного процесса в разных возрастных группах				
			Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
4.	4 ноября	День народного единства		беседа	Подвижная игра «Весёлые ребята»	Динамический час «Спортивные ребята любят бегать и играть»	
5.	9 декабря	День Героев России			Игра патриотической направленности «Делай как я	Эстафета патриотической направленности «Дети-будущее страны»	
6.	15 января	Неделя зимних игр и забав	Подвижная игра «Зайка беленький сидит»	Физкультурный праздник «Мы мороза не боимся»		Физкультурный праздник «В гостях у зимней сказки»	
7.	2 февраля	День победы в Сталинградской битве			беседа	Спортивно-патриотическое мероприятие ««Внуки Сталинграда»	
8.	23 февраля	День защитника Отечества		Тематический досуг «Мы весёлые ребята»		Спортивное развлечение «Юные защитники»	
9.	18 марта	День воссоединения Крыма с Россией		Динамический час «Затейники»		Физкультурное развлечение «Юные спортсмены»	
10.	7 апреля	Всемирный день здоровья	Подвижная игра «Пузырь»	Спортивный досуг «Мы здоровые и сильные»		Спортивный досуг «Волшебная страна Здоровья»	
11.	12 апреля	День космонавтики		Физкультурное развлечение «Прогулка по планетам»		Физкультурное развлечение «Загадочный космос»	
12.	9 мая	День Победы		Презентация «Мы помним, мы гордимся!»		Музыкально-спортивное тематическое мероприятие «Никто не забыт, ничто не забыто»	
13.	1 июня	День защиты детей	Подвижная	Физкультурный досуг «Мой весёлый		Физкультурный досуг	

№ п/п	Дата	Воспитательное событие	Формы организации образовательного процесса в разных возрастных группах				
			Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
			игра «Солнышко и дождик»	звонкий мяч»		« Счастливые ребята»	
14.	12 июня	День России				Тематический спортивный досуг « Моя Родина»	
15.	8 июля	День семьи, любви и верности		Совместный тематический досуг « Моя семья»		Совместный тематический досуг « Моя семья»	
16.	12	День физкультурника		Динамический час «Спорт-это сила»		Динамический час «Физкультура!!!»	

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО – ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Развивающая предметно - пространственная среда (далее – РППС) - часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

В соответствии со ФГОС ДО возможны разные варианты создания РППС при условии учёта целей и принципов Программы, возрастной и тендерной специфики для реализации образовательной программы.

РППС ДОО создается как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учитываются:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи образовательной 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).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;
- требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает:

- целостность образовательного процесса и включает всё необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей (согласно ФГОС ДО.)

- возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и пр. в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО, РППС:

- 1) содержательно-насыщенная;
- 2) трансформируемая;
- 3) полифункциональная;
- 4) вариативная;
- 5) доступная;
- 6) безопасная.

Оснащение центров должно меняться в соответствии с тематическим планированием воспитательно-образовательного процесса.

Развивающая предметно-пространственная среда организована в виде мобильных центров детской активности:

В группах раннего возраста оснащен центр двигательной активности для развития основных движений детей;

В группах для детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет) предусматривается центр двигательной активности (ориентирован на организацию игр средней и малой подвижности в групповых помещениях, средней и интенсивной подвижности в физкультурном и музыкальном залах, интенсивной подвижности на групповых участках, спортивной площадке, всей территории детского сада) в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»;

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

В ДОО созданы условия для информатизации образовательного процесса. Для этого в групповых и прочих помещениях в наличии оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе.

3.2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

В МОУ детский сад № 336 применяется комплексно-тематический подход к организации образовательного процесса. Он подразумевает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой темы. В качестве тем выступают организующие моменты, тематические недели, события, реализация проектов, сезонные явления в природе, праздники, традиции. При этом, что немаловажно,

реализация комплексно-тематического принципа тесно взаимосвязана с интеграцией образовательных областей и с интеграцией детских деятельностей.

Образовательный процесс в детском саду организован в форме тематических недель и тематических образовательных проектов (старшая и подготовительная группы), в которых комплекс различных детских деятельностей объединен вокруг единой темы. Именно через различные виды детской деятельности педагоги реализуют содержание всех пяти образовательных областей.

Для реализации образовательной области «Физическое развитие» в ДОО проводятся занятия по физкультуре, физкультурные праздники, досуги, соревнования, в занятия по реализации иных образовательных областей включаются динамические паузы.

С темой недели связана специально организованная детская деятельность – коммуникативная, игровая, продуктивная, трудовая, музыкальная, поисково-экспериментальная, конструктивная, восприятие художественной литературы, двигательная активность, – через которую реализуются все образовательные области.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

ГРУППА/ ВОЗРАСТ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	Образовательная нагрузка	
	Кол-во	Время (мин.)
СМЕШАННАЯ РАННЯЯ ГРУППА (1-3 лет)	2	20
2 – я МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 лет)	3	45
СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 лет)	3	60
СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 лет)	3	75
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-8 лет)	3	90

3.3. ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК

1. Дошкольное образовательное учреждение функционирует с 7.00 до 19.00 часов.
2. Продолжительность учебного года:
 - начало учебного года - с 01 сентября;
 - окончание учебного года - 31 мая;
 - продолжительность учебной недели - 5 дней: понедельник, вторник, среда, четверг, пятница;
 - выходные дни: суббота, воскресенье, праздничные дни.
 - продолжительность учебного года - 36 недель (1 и 2 полугодия) без учета каникулярного времени.
 - проведение диагностики педагогического процесса - сентябрь (первая половина, 2 недели), май (вторая половина, 2 недели)
 - каникулярный период (новогодние каникулы).
 - летний оздоровительный период - с 01 июня по 31 августа.

3.4. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

- магнитофон
- музыкальный центр
- мультимедийная доска
- экран
- велотренажеры
- тренажеры «Беговая дорожка»
- тренажеры «Гребля»
- самокаты
- машины педальные
- наборы мягких модулей
- футбольные ворота
- гимнастические скамейки
- шведская стена
- маты
- обручи

- мячи
- мячи - хопы
- гимнастические палки
- гантели
- скамейки - степы
- туннели
- «дорожки здоровья »
- скакалки
- мешочки для метания
- кубики
- кегли
- батут
- координационная лестница
- разноцветные кочки – ориентиры
- дуги различной высоты
- стойка со шнуром
- барьеры для прыжков
- координационная дорожка
- коврики для упражнений
- массажные мячи
- щит для метания в цель
- баскетбольный щит с корзиной

3.5. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОГРАММЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ :

1. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: утренняя и лечебная гимнастика, занятия, игры, упражнения, комплексы/ авт.-сост.- Анисимова Т.Г., Ульянова С.А.; под ред. Р.А. Ерёминой.-4-е изд.,испр. – Волгоград: Методкнига. -135 с.
- 2.Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно – оздоровительная работа в дошкольной организации: планирование, занятия, комплексы, спортивно – досуговые мероприятия/авт.-сост. – Изд. 2-е, перераб.- Волгоград: Учитель.-163с.
3. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.- Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2007. – 112с.
4. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение, 1983. – 144с.
5. Ефименко Н.Н. Театр физического оздоровления для детей дошкольного и младшего школьного возраста

6. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. – СПб.: ООО « Издательство « Детство – Пресс», 2013. – 80с.
7. Казина О.Б. Весёлая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы./ Художники Е.А. Афоничева, В.Н. Куров. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2005. – 140с.
8. Коновалова Н.Г. Дыхательная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста: комплекс упражнений, сюжетно – ролевое сопровождение/Изд. – 2-е, испр. – Волгоград: Методкнига. – 54с.
9. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислова Н.Р.. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе « Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с2
10. Михеева Е.В. Развитие эмоционально – двигательной сферы детей 4-7 лет: развивающие игры, этюды, упражнения, занятия, рекомендации/-Изд. 3-е, перераб.- Волгоград: Учитель. – 142с.
11. Нищева Н.В. Подвижные игры, упражнения, физкультминутки для развития общей и мелкой моторики. – СПб.: ООО « ИЗДАТЕЛЬСТВО « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021.- 128с.
11. Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО « ИЗДАТЕЛЬСТВО « ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2012. – 80 с.
12. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе « Детство»/ Волгоград: Учитель, 2015. – 199с
13. Сулим Е.В. Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников. – 3-е изд., дополн. и испр.-М.:ТЦ Сфера, 2020.-112с.- (Будь здоров, дошкольник!).
14. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008. – 48с.
15. Токаева Т.Э. Парная гимнастика: программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет/- Волгоград: Учитель.-126с.
16. Фомина Н.А. В музыкальном ритме сказок: Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 81с.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. « СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: « Детство – пресс», 352с.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно – профилактический танец « ФИТНЕС – ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2007. – 384с.
19. Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. – СПб.: ООО « ИЗДАТЕЛЬСТВО « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 176с.
20. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет. сада. – М.: Просвещение, 2000. – 93с.