

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида «Дюймовочка»

Принят:
На педагогическом Совете
Протокол № 1
От «29» 2024г.

Утвержден:
Заведующая МБДОУ д/с
«Дюймовочка»
Гребенец Н. А.
Приказ № 124-0
От «29» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
по реализации ОО «Физическое развитие»
в соответствии с ФОП и ФГОС ДО
на 2024-2025 учебный год**

Автор: инструктор по физкультуре
Тихомирова Марина Петровна

г. Удомля

№ п/п	содержание
	Общее положение
1.	Целевой раздел
1.1.	Пояснительная записка
1.2.	Цель и задачи рабочей программы
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов
2.	Содержательный отдел
2.1.	Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста
2.1.1	Задачи физического развития детей 3-4 лет
2.1.2	Задачи физического развития детей 4-5 лет
2.1.3	Задачи физического развития детей 5-6 лет
2.1.4	Задачи физического развития детей 6-7 лет
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников
2.2.1	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет
2.2.2	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет
2.2.3	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет
2.2.4	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет
2.3	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы
2.5.	Взаимодействие педагогов
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы
2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик
2.8.	Способы и направления поддержки детской инициативы
2.9	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»
3.	Организационный раздел
3.1.	Особенности организации РППС
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»
3.3	Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов в одном спортивном зале
3.4	Система физкультурно-оздоровительной работы
3.5	Организация двигательного режима
3.6	Развернутое планирование занятий по физической культуре II группа раннего возраста (2-3 года) младшая группа (3-4 года) средняя группа (4-5 лет) старшая группа (5-6 лет) подготовительная группа (6-7 лет)

3.7	Перечень программно-методического обеспечения
	Приложения к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие»

Общее положение

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках ОО «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.

3. 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 января 2021 г. № 2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав МБДОУ детский сад «Дюймовочка»
6. Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ детский сад «Дюймовочка»

В рабочей программе сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от трёх до семи лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Рабочая программа описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ здорового образа жизни, освоению здоровьесберегающих умений.

Рабочая программа включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть рабочей программы направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель рабочей программы: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель рабочей программы достигается через решение **задач**, обозначенных в **ФОП**:

- обеспечение единых для РФ содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Рабочая программа инструктора физической культуры по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. Рабочая программа в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

Принцип сотрудничества с семьёй:

- реализация рабочей программы в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения:

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет в дошкольной образовательной организации опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП.

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению дошкольного образования.

К трем годам:

- у ребенка 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.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок 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 движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную 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;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

К шести годам:

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

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в дошкольной образовательной организации – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Решение о проведении педагогической диагностики физического развития воспитанников принято на педагогическом совете ДОО МБДОУ детский сад «Дюймовочка»

(Протокол № ___ от «___» _____ 2024 г.)

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников МБДОУ детский сад «Дюймовочка» дошкольного образования проводится: инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

1. Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.
2. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 3 до 7 лет)
3. Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».

Задачи:

1. Индивидуализация образования;
2. Оптимизация работы с группой детей.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в индивидуальную карту.

Мониторинг развития, выполнения программы детьми 3-4 лет

Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.

Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве»
(от 3 до 4 лет):

- ✓ Диагностика уровня развития ходьбы и метания в горизонтальную цель
- ✓ Диагностика уровня развития прыжка в длину с места, метания в вертикальную цель
- ✓ Диагностика уровня развития метания вдаль малых предметов
- ✓ Диагностика уровня развития двигательных навыков, бросание большого мяча вдаль, подлезание под дуги высотой 50 и 60 см.
- ✓ Обследование осанки, визуальное и функциональное обследование стопы
- ✓ Обследование гибкости, выносливости

К концу учебного года дети

- Научились ходить мягкой поступью, держать голову прямо, сохраняя правильную осанку, двигаться ритмично в удобном и заданном темпе, менять ширину шага и высоту подъема ноги
- В соответствии с препятствиями, бегать легко, не топая, дышать носом, тормозить или менять направление при встрече с препятствием, приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка или с пятки на всю стопу, отталкиваясь одновременно двумя ногами
- Правильно принимать исходное положение при прокатывании и броске большого мяча двумя руками снизу, от груди, бросать предмет правой и левой рукой, сохраняя при этом определенное направление
- Ловить большой мяч, захватывая его с боков, не прижимая к груди, подбрасывать мяч перед собой
- Лазать по гимнастической стенке удобным способом, ползать, используя перекрестную координацию в разном темпе
- Сохранять равновесие при перешагивании в разном темпе, ходьбе по уменьшенной площади опоры
- Передавать точно направление на уровне презталонов и по названию направлений
- Строиться в колонну, в круг, в шеренгу, подгруппами и всей группой, находить свое место в строю, поворачиваться на месте в одну ив другую сторону переступанием
- Строиться парами на месте, перестраиваться от определенного места, по ходу движения
- Знают и играют в подвижные игры с бегом, с прыжками, с подлезанием, с бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве

Мониторинг развития, выполнения программы детьми 4-5 лет

Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.

Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 4 до 5 лет):

- ✓ Диагностика уровня развития силы мышц спины
- ✓ Оценка силы и выносливости мышц живота
- ✓ Оценка результатов тестирования силы мышц рук и плечевого пояса
- ✓ Оценка функции равновесия
- ✓ Оценка гибкости
- ✓ Оценка показателей челночного бега (10х3)
- ✓ Оценка показателей обегания препятствий
- ✓ Оценка прыжка в длину с места
- ✓ Оценка показателей бега (30 м)

К концу учебного года дети

- проявляют самостоятельность в гигиенических процедурах и самообслуживании;
- владеют ведущими элементами «азбуки» эмоций в движении;
- умеют действовать совместно, быстро, ловко, в общем для всех темпе;
 - умеют по предложению взрослого переключаться от малоподвижных к подвижным действиям и наоборот;
 - выполняют упражнения, требующие координации движений, скоростных и скоростно-силовых качеств, выносливости и гибкости, способствующих нормальной осанке и весу тела;
 - решают двигательные задачи, используя при этом рациональные способы двигательных действий, в том числе ходьбы, бега, прыжков, лазания, преодоление предметных препятствий, передвижения на велосипеде, самокате, лыжах и т.д., метаний (в цель и на дальность), поднимания и переноски предметов;
- используют освоенные действия, в том числе и с предметами, в самостоятельной и коллективной игре;
- свободно ориентируются в пространстве;
- используют игровых образов в воображаемых ситуациях;
- владеют навыками выполнения имитационных упражнений с демонстрацией красоты, выразительности, грациозности, пластичности движений;
- умеют наблюдать и оценивать эмоциональное состояние сверстников в движении, замечать ошибки.
- знают основные правила личной гигиены;
- имеют представления о своем теле, его отличительных особенностях;
- представления о строении организма, условиях его гигиены, функциях сердца, дыхательной системы;
- представления о полезности и целесообразности физической активности;
- представления о необходимых и достаточных условиях для занятия физическими упражнениями;
- знают основные правила техники безопасности при использовании спортивных снарядов, оборудования;
- имеют представления о своих физических возможностях;
- знают элементарных правил поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке, на улице, на воде;
- имеют представление о разнообразии способов проявления эмоций в движении;
- научились играть в подвижные игры: с бегом, прыжками, ползанием и лазаньем; бросанием и ловлей, метанием, прокатыванием. Игры с правилами, с сюжетом и без

сюжета.

С бегом: «Цветные автомобили», «Самолеты», «У медведя во бору», «Птички и кошка», «Найди себе пару», «Бездомный заяц», «Лошадки», «Ловишки», «Кто быстрее добежит до флажка?», «Не опоздай!», «Лохматый пес»;

с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Воробушки и кот», «По дорожке на одной ножке»;

с ползанием, лазаньем: «Котята и щенята», «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята», «Пастух и стадо», «Перелет птиц»;

с метанием, бросанием и ловлей: «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Лунки», «Кольцебросы», «Кегли», «Кто дальше бросит предмет?»;

на ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Прятки», «Найди свое место».

Мониторинг развития, выполнения программы детьми 5-6 лет

Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.

Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 5 до 6 лет)

Тесты для определения уровня развития основных мышечных групп (по данным А.Б. Лагутина)

- ✓ Развитие брюшного пресса
- ✓ Развитие мышц рук и плечевого сустава
- ✓ Уровень развития мышц ног
- ✓ Определение силы мышц спины

Тесты для определения уровня развития физических качеств

- ✓ Тест на определение гибкости
- ✓ Тест на определение функции равновесия

Тесты на определение ловкости (по исследованиям Е.Н. Вавиловой)

- ✓ Тест для определения уровня развития ловкости (челночный бег 3х10 метров)
- ✓ Обегание препятствий

Тест на определение скорости

- ✓ Бег на 30 м

К концу учебного года дети старшего дошкольного возраста обладают по физическому развитию следующими качествами:

- ходить легко, непринужденно выполняя различные движения руками, сохраняя правильную осанку, пользоваться разными способами ходьбы: высоко поднимая колени, в полуприседе на согнутых ногах, на прямых ногах, не сгибая колен; ходить в разном темпе, с перекатом с пятки на носок, ходить широким шагом с выполнением заданий (поднять мяч, развести руки в стороны и т. д.);
- бегать в медленном темпе; быстро; со средней скоростью; с выполнением заданий, преодолевая полосу препятствий, бегать, выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад;
- подпрыгивать на месте разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, попеременно на правой и левой ноге;

- бросать мяч вверх, о землю и ловить его, перебрасывать набивной мяч (весом 0,5—1 кг), передавать мяч друг другу, вперед и назад над головой, сбоку с поворотом туловища вправо-влево, бросать и ловить мяч в парах, по кругу, подбрасывать и ловить мяч (не менее 10 раз подряд), ловить мяч после его отскока от земли или пола, отбивать мяч от земли на месте и с продвижением вперед, метать вдаль и в цель теннисный мяч ведущей рукой (на расстояние 3—5 м);
- подтягиваться на скамейке на коленях, передвигаться с помощью рук, ног, всего туловища, сидя на бревне, лазать по гимнастической стенке до самого верха, переходить с пролета на пролет приставным шагом; переходить по диагонали стенки (спускаться вниз вертикально с одного пролета на другой);
- ходить и бегать по узкой поверхности (доске, бревну), стоять на бревне, удерживая равновесие, сохранять устойчивое положение тела в заданной позе после поворотов, приседаний, наклонов;
- строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг, перестраиваться в пары, в две колонны, в три; из нескольких колонн в один или несколько кругов;
- играть в подвижные игры: с бегом, подлезанием и лазаньем, прыжками, метанием, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты;
- владение навыками самообслуживания, соблюдения санитарно-гигиенических требований, определенных современной культурой;
- владение навыками выразительного движения направленными на тренировку и совершенствование культуры движений;
- умение придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
- умение чередовать подвижную деятельность с менее интенсивной и отдыхом;
- способность придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные детали и оригинальные «штрихи» воплощения образа;
- использование в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений;
- владение техникой движений, на основе представлений о разнообразных способах их выполнения;
- красивое, грациозное выполнение физических упражнений; согласование ритма движений с музыкальным произведением;
- проявление дисциплинированности, выдержки, самостоятельности в двигательной деятельности, в соблюдении правил поведения в природной среде (лес, водоем);
- умение предвидеть возможную опасность, находить способы избежать ее;
- способность осуществлять самооценку, анализировать результаты двигательной деятельности, сравнивать полученный результат с намеченной целью;
- представления о том, что полезно и что вредно для здоровья, что безопасность зависит и от самого ребенка, от соблюдения гигиенических правил, от умения предвидеть возможную опасность;
- представления о физической культуре, ее значении для развития человека;
- представления об уровне своих возможностей, физической подготовленности и способах их совершенствования;
- знание основных приемов самоконтроля в двигательной деятельности;
- представления о некоторых спортивных событиях в своей местности, регионе, стране;

- уверенность в собственных силах, в ценности здорового образа жизни;
- принятие важности и необходимости заботы о своем здоровье;
- ощущение эмоционального комфорта от совместных со взрослыми и сверстниками подвижных игр, спортивных праздников, физкультурного досуга;
- интерес к изучению возможностей собственного тела, интерес к природным задаткам, которые проявляются при занятии различными видами деятельности;
- вера в достижение успеха в спортивных играх;
- способность определять и оценивать свои достижения;
- способность оценить спортивные достижения другого человека;
- способность сопереживать сверстникам в случаях победы и поражения в спортивных играх, соревнованиях;
- способность видеть и ценить красоту человеческого тела;
- переживание радости успеха в спортивных играх, соревнованиях;
- активное участие в совместных спортивных играх с взрослыми и сверстниками, демонстрирующее стремление учитывать интересы окружающих людей;
- учет индивидуальных физических возможностей при включении в различные виды деятельности;
- положительный эмоциональный настрой на организованные занятия физической культурой;
- способность к образному перевоплощению;
- стремление к выполнению ведущих ролей в подвижных играх;
- осознанное выполнение требований техники безопасности в разных формах и видах двигательной деятельности.

Мониторинг развития, выполнения программы детьми 6-7 лет

Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.

Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 5 до 6 лет)

Тесты для определения уровня развития основных мышечных групп (по данным А.Б. Лагутина)

- ✓ Развитие брюшного пресса
- ✓ Развитие мышц рук и плечевого сустава
- ✓ Уровень развития мышц ног
- ✓ Определение силы мышц спины

Тесты для определения уровня развития физических качеств

- ✓ Тест на определение гибкости
- ✓ Тест на определение функции равновесия

Тесты на определение ловкости (по исследованиям Е.Н. Вавиловой)

- ✓ Тест для определения уровня развития ловкости (челночный бег 3x10 метров)
- ✓ Обегание препятствий

Тест на определение скорости

- ✓ Бег на 30 м

К концу учебного года дети подготовительной к школе группе обладают по физическому развитию следующими качествами:

- ходить выпадами вперед, скрестным шагом, приставным шагом назад, спиной вперед, ходить в разном темпе обычным гимнастическим шагом;
- бегать в колонне по одному и по два; спиной вперед, сохраняя равновесие, бегать с преодолением различных преград в естественных условиях, бегать на скорость (10—30 м), бегать с разной скоростью: медленно, быстро, в среднем темпе; непрерывный бег 2—3 мин;
- подпрыгивать разными способами: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге, вспрыгивать на предметы с места и с разбега, спрыгивать с различных предметов (высота не более 50 см, прыгать с длинной и короткой скакалкой, добиваясь легкости и ритмичности;
- бросать, ловить, метать в цель и вдаль разными способами (снизу, от груди, сверху и др.), вести мяч правой и левой рукой на разной скорости и на значительное расстояние (не менее 20 м), бросать мяч через веревку, натянутую выше уровня головы ребенка;
- выполнять подлезание разными способами, не задевая предметы, лазать по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет, поднимаясь и спускаясь по диагонали, лазать по канату, шесту, веревочной лестнице, ползать на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами;
- сохранять равновесие в статической позе: стоя на одной линии, приставив пятку одной ноги к носку другой; стоя на одной ноге (с открытыми и закрытыми глазами), балансировать на большом мяче;
- выполнять упражнения на развитие разных групп мышц (шеи, рук и плечевого пояса, ног, туловища);
- выполнять произвольные движения, добиваясь выразительности, согласовывая их с характером музыки;
- самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, по два, в шеренгу, круг, пары, перестраиваться из одной колонны в две, три, четыре по ходу движения, а также из нескольких колонн в один или несколько кругов, выполнять смыкание и размыкание при построении приставным шагом;
- играть в подвижные игры: с бегом, подлезанием, лазаньем, прыжками, метанием; игры соревновательного характера, игры-эстафеты.
- владение навыками самообслуживания, соблюдения санитарно-гигиенических требований, определенных современной культурой;
- владение навыками выразительного движения направленными на тренировку и совершенствование культуры движений;
- умение придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
- умение чередовать подвижную деятельность с менее интенсивной и отдыхом;
- способность придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные детали и оригинальные «штрихи» воплощения образа;
- использование в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений;
- владение техникой движений, на основе представлений о разнообразных способах их выполнения;
- красивое, грациозное выполнение физических упражнений; согласование ритма движений с музыкальным произведением;

- проявление дисциплинированности, выдержки, самостоятельности в двигательной деятельности, в соблюдении правил поведения в природной среде (лес, водоем);
- умение предвидеть возможную опасность, находить способы избежать ее;
- способность осуществлять самооценку, анализировать результаты двигательной деятельности, сравнивать полученный результат с намеченной целью;
- представления о том, что полезно и что вредно для здоровья, что безопасность зависит и от самого ребенка, от соблюдения гигиенических правил, от умения предвидеть возможную опасность;
- представления о физической культуре, ее значении для развития человека;
- представления об уровне своих возможностей, физической подготовленности и способах их совершенствования;
- знание основных приемов самоконтроля в двигательной деятельности;
- представления о некоторых спортивных событиях в своей местности, регионе, стране;
- уверенность в собственных силах, в ценности здорового образа жизни;
- принятие важности и необходимости заботы о своем здоровье;
- ощущение эмоционального комфорта от совместных со взрослыми и сверстниками подвижных игр, спортивных праздников, физкультурного досуга;
- интерес к изучению возможностей собственного тела, интерес к природным задаткам, которые проявляются при занятии различными видами деятельности;
- вера в достижение успеха в спортивных играх;
- способность определять и оценивать свои достижения;
- способность оценить спортивные достижения другого человека;
- способность сопереживать сверстникам в случаях победы и поражения в спортивных играх, соревнованиях;
- способность видеть и ценить красоту человеческого тела;
- переживание радости успеха в спортивных играх, соревнованиях;
- активное участие в совместных спортивных играх с взрослыми и сверстниками, демонстрирующее стремление учитывать интересы окружающих людей;
- учет индивидуальных физических возможностей при включении в различные виды деятельности;
- положительный эмоциональный настрой на организованные занятия физической культурой;
- способность к образному перевоплощению;
- стремление к выполнению ведущих ролей в подвижных играх;
- осознанное выполнение требований техники безопасности в разных формах и видах двигательной деятельности.

Учёт показателей, тесты, анкеты, беседы

Образовательная область «Физическое развитие»

Учёт уровня ходьбы у детей

Ф.И.	Качественные показатели										
	Туловище	Голова	Плечи	Движения ног			Движения рук		Соглас.	Лёг.	Сох.
	прямо	прямо	расправлены							шаг	направ.
				Отсутствие шаркания	Наличие переката	Пятки вместе, носки	Энергич.	В сторон			

						разведены	размах.	у			
								назад			

Учёт уровня развития бега у детей

Ф.И.	Кол. показатели		Качественные показатели									
	Челночный Бег 3*10м	На 30м.	Туловище вперёд	Голова прямо	Движение ног			Движение рук		Согласованы	Лёгкость бега	Сохранение направления
					Энергичное отталкивание	Хороший полёт	Наличие переката	энергичные	Согнуты в локтях			

Учёт развития прыжка в длину с места

Ф.И.	См.	Исходное положение				отталкивание				полёт		приземление												
		Ноги расставлены	Спина	Ноги согнуты	Туловище	Голова прямо	Руки отведены назад	Толчок двумя	Энергичное	Энергичный взмах	Одновременный	Выпрямление	Ноги согнуты в	группировка	Постепен.	На 2 ноги	Ноги согнуты	Наличие переката	Туловище вперёд	Голова прямо	Движение рук	Сохраняется		

Учёт прыжка в длину с разбега так же, как в длину с места, плюс показатели по разбегу: разбег с ускорением, последний короткий срок, толчковая нога согнута, слитное выпрямление

Учёт уровня развития прыжка в высоту с разбега

Ф.И.	С	разбег		толчок							приземление													
		Разбег с	Последний	Слит.вып-е толч.	Толчковая нога согнута	Энергичное	Одной ногой	Сгибание	Толчок с	Толчок вверх и	Энергичный	Сочетание толчка	Туловище	группировка	Обе ноги	Одновременно на	Ноги	Наличие	Туловище	Голова прямо	Свободный вынос	Сохранение		

Учёт уровня развития метания в цель

ФИ	Количество попаданий	Качественные показатели		
		способ	Подготовительная фаза	бросок

Сохранение равновесия	Сохранение равновесия
Точность направления	Точность направления
Соблюдение необходимой	Соблюдение необходимой
Достаточная сила броска	Достаточная сила броска
Перенос тяжести на подсогнутую сяди	Перенос тяжести на подсогнутую сяди
Наличие большого замаха	Наличие большого замаха
Плавный переход к размаху	Плавный переход к размаху
Наличие приседывания	Наличие приседывания
Перенос тяжести на вперед ступню ногу	Перенос тяжести на вперед ступню ногу
Наличие перекрестной координации	Наличие перекрестной координации
Одна нога спереди, другая сзади	Одна нога спереди, другая сзади
Снизу 1 рук.	Снизу 1 рук.
От голов. Одной руки	От голов. Одной руки
От плеча одной руки	От плеча одной руки

Учёт уровня развития метания вдаль

Ф.И.	Кол. Показ.	способ	Исходное положение	замах			бросок				Сохранение заданного	Правильная траектория	Сохранение равновесия	Выполнение дополнительных		
				Перенос тяжести	Поворот туловища	Наличие замаха	Перенос тяжести	Движение туловища	Резкое выпрямлен	Перенос тяжести					Поворот туловища	Энергичны й толчок
		От головы одной рукой	Одна нога впереди, другая сзади	Перенос тяжести	Поворот туловища	Наличие замаха	Перенос тяжести	Движение туловища	Резкое выпрямлен	Перенос тяжести	Поворот туловища	Энергичны й толчок	Сохранение заданного	Правильная траектория	Сохранение равновесия	Выполнение дополнительных

Тесты для определения уровня развития мышечных групп

(по данным А.Б. Лагутина)

Развитие брюшного пресса

- И.П. сидя на полу (на коврик), с согнутым под прямым углом ногами, колени разведены на ширину плеч. Руки скрещены на груди, ладони на плечах, локти касаются колен. Взрослый прижимает ступни ребёнка к полу. Задание: в максимально быстром темпе несколько раз подряд сесть до касания плечами колен и вернуться в и.п.
- Оценивается количество повторений за 30 сек.

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	8 и меньше	9-12	13-15	Больше 16
девочки	9 и меньше	10-13	14-16	17 и больше

Развитие мышц рук и плечевого пояса

Вис на согнутых руках на перекладине.

И.п. на согнутых руках на перекладине 2,5-3 см., принятый с помощью взрослого или скамейки.

Задание: После того, как убрана опора или помощь, как можно дольше провисеть на перекладине

Оценивается: Время (в сек) удержания вися до момента, когда глаза ребенка опускаются ниже перекладины

Учитывается результат от попытки

Оценка результата

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	3,9 и меньше	4,0 – 10,9	11,0-17,0	17,1 и больше
девочки	2,9 и меньше	3-10,9	11,0 – 18,0	18,1 и больше

Уровень развития мышц ног

Определяется по прыжку с места

И.П. стойка босиком, на полужёсткой опоре (ковре), ноги на ширине ступни

Задание: Взмахом рук и толчком двух ног прыгнуть как можно дальше.

Оценивается: Длина прыжка от линии старта до пятки ближней ноги в см.

Учитывается лучший результат из двух попыток.

Примечание: Результат отмечается в момент постановки ног на опору и в случае, если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад.

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
Мальчики	91 и меньше	92-101	102-110	111 и больше
Девочки	87 и меньше	88-99	100-110	111 и больше

Определение силы мышц спины

И.П. лечь на край скамейки на опоре находится нижняя часть тела от пояса и ниже.

Взрослый держит ребенка за ноги. Ребенок опирается руками о пол. Задание: По сигналу взрослого он ставит руки на пояс. Прогибается.

Оценивается длительность в сек.

Оценка результатов тестирования у детей

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	35 и меньше	36-41	42-45	46 и больше
девочки	36 и меньше	37-42	43-46	47 и больше

Тесты для определения уровня физических качеств

Тест на определение гибкости

И.П. сед на полужёсткой опоре, ноги врозь на ширине плеч, колени выпрямлены

Взрослый прижимает рукой колени ребенка к полу. Между стопами у ребенка находится кубик (пятки ног и кубик находятся на одной черте)

Задание: Наклонится и отодвинуть кубик как можно дальше.

Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок опирался пальцами.

Учитывается результат одной попытки.

Оценка результатов у детей 5 лет

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	0 и меньше	1-4	5-8	9 и больше
девочки	1 и меньше	2-7	8-12	13 и больше

Тест на определение быстроты

И.п. стойка за линией старта, одна из стоп расположена у самой линии, вторая – сзади, в удобном для ребенка положении.

Задание:

После сигнала, как можно быстрее добежать до противоположной ограничительной линии, заступить за неё одной ногой и развернувшись добежать назад за линию старта. Расстояние между линиями 10 м.

Оценивается время преодоления дистанции в сек.

Учитывается результат одной попытки.

Примечание:

Тест проводится в виде соревнования.

Оценка результата

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	7,1	7-6,7	6,6-6,2	6,1 и меньше
девочки	7,5	7,4-6,9	6,8 – 6,3	6,2 и меньше

Тест на определение функции равновесия

И.п. Стойка босиком на одной ноге, другая согнута в колене назад под прямым углом. Руки внизу.

Задание: закрыть глаза и устоять на одной ноге как можно дольше.

Оценивается время в сек, удержание позы с момента и.п. до момента, когда ступня опорной ноги сдвинется с места.

Учитывается лучший результат из 3 попыток.

Поверхность, на которой стоит ребенок, должна быть ровной и жёсткой.

	плохо	удовлетворительно	хорошо	отлично
мальчики	1 и меньше	1,9-1,9	4,0 – 3,9	6,0 и больше
девочки	2 и меньше	2,1 – 5,9	6,0-7,9	8,0 и больше

Тест для определения ловкости по исследованиям Е.Н. Вавиловой

Тест для определения уровня развития ловкости: челночный бег 3* 10 метров.

Обегание препятствий:

Расстояние 10 метров делится на 9 отрезков.

Первый и последний отрезок равны 1,5 метра, остальные – 7 отрезков по 1м.

На каждом отрезке ставятся предметы (8кеглей). Ребенок должен быстро пробежать, обегая предметы.

Средние показатели для старших детей

	Челночный бег	Бег на 30 м.	Обегание препятствий
мальчики	12,7	7,93 сек.	7,2
девочки	13,0	8,5 сек.	8

Тест на определение выносливости

Н.А.Ноткина подчёркивает, что наиболее распространенный тест для оценки физической работоспособности является степ-тест (подъем на ступеньку или гимнастическую скамейку высотой 35 см.) Детям предлагается 2 нагрузки возрастающей мощности:

1. Подъем на скамейку с частотой восхождения 22 в мин.

2. Подъем на скамейку с частотой восхождения 30 мин.

Длительность каждой нагрузки 2 мин., а отдых между ними 3 мин.

Объем работы, выполняемой ребенком в кг/м рассчитывают по формуле: $W = p$ умножить на n умножить на h , где w – объем работы, p – масса ребенка в кг., n – число подъёмов в минуту, h – высота ступеньки в метрах. Норма соответствует величине увеличения пульса на 15-20% при первой нагрузке, и на 45-60% при второй.

Показатели физической работоспособности 5-6 лет

Возраст	мальчики	девочки
5лет	135-31,5	128 +23,6
	154 +43,6	136+36,8

Мониторинг развития, выполнения программы детьми 6-7 лет

Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.

Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 5 до 6 лет)

Тесты для определения уровня развития основных мышечных групп (по данным А.Б. Лагутина)

- ✓ Развитие брюшного пресса

- ✓ Развитие мышц рук и плечевого сустава
- ✓ Уровень развития мышц ног
- ✓ Определение силы мышц спины

Тесты для определения уровня развития физических качеств

- ✓ Тест на определение гибкости
- ✓ Тест на определение функции равновесия

Тесты на определение ловкости (по исследованиям Е.Н. Вавиловой)

- ✓ Тест для определения уровня развития ловкости (челночный бег 3x10 метров)
- ✓ Обегание препятствий

Тест на определение скорости

- ✓ Бег на 30 м

К концу учебного года дети подготовительной к школе группе обладают по физическому развитию следующими качествами:

- ходить выпадами вперед, скрестным шагом, приставным шагом назад, спиной вперед, ходить в разном темпе обычным гимнастическим шагом;

- бегать в колонне по одному и по два; спиной вперед, сохраняя равновесие, бегать с преодолением различных преград в естественных условиях, бегать на скорость (10—30 м), бегать с разной скоростью: медленно, быстро, в среднем темпе; непрерывный бег 2—3 мин;

- подпрыгивать разными способами: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге, вспрыгивать на предметы с места и с разбега, спрыгивать с различных предметов (высота не более 50 см, прыгать с длинной и короткой скакалкой, добиваясь легкости и ритмичности;

- бросать, ловить, метать в цель и вдаль разными способами (снизу, от груди, сверху и др.), вести мяч правой и левой рукой на разной скорости и на значительное расстояние (не менее 20 м), бросать мяч через веревку, натянутую выше уровня головы ребенка;

- выполнять подлезание разными способами, не задевая предметы, лазать по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет, поднимаясь и спускаясь по диагонали, лазать по канату, шесту, веревочной лестнице, ползать на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами;

- сохранять равновесие в статической позе: стоя на одной линии, приставив пятку одной ноги к носку другой; стоя на одной ноге (с открытыми и закрытыми глазами), балансировать на большом мяче;

- выполнять упражнения на развитие разных групп мышц (шеи, рук и плечевого пояса, ног, туловища);

- выполнять произвольные движения, добиваясь выразительности, согласовывая их с характером музыки;

- самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, по два, в шеренгу, круг, пары, перестраиваться из одной колонны в две, три, четыре по ходу движения, а также из нескольких колонн в один или несколько кругов, выполнять смыкание и размыкание при построении приставным шагом;

- играть в подвижные игры: с бегом, подлезанием, лазаньем, прыжками, метанием; игры соревновательного характера, игры-эстафеты.

- владение навыками самообслуживания, соблюдения санитарно-гигиенических требований, определенных современной культурой;

- владение навыками выразительного движения направленными на тренировку и совершенствование культуры движений;
- умение придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
- умение чередовать подвижную деятельность с менее интенсивной и отдыхом;
- способность придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные детали и оригинальные «штрихи» воплощения образа;
- использование в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений;
- владение техникой движений, на основе представлений о разнообразных способах их выполнения;
- красивое, грациозное выполнение физических упражнений; согласование ритма движений с музыкальным произведением;
- проявление дисциплинированности, выдержки, самостоятельности в двигательной деятельности, в соблюдении правил поведения в природной среде (лес, водоем);
- умение предвидеть возможную опасность, находить способы избежать ее;
- способность осуществлять самооценку, анализировать результаты двигательной деятельности, сравнивать полученный результат с намеченной целью;
- представления о том, что полезно и что вредно для здоровья, что безопасность зависит и от самого ребенка, от соблюдения гигиенических правил, от умения предвидеть возможную опасность;
- представления о физической культуре, ее значении для развития человека;
- представления об уровне своих возможностей, физической подготовленности и способах их совершенствования;
- знание основных приемов самоконтроля в двигательной деятельности;
- представления о некоторых спортивных событиях в своей местности, регионе, стране;
- уверенность в собственных силах, в ценности здорового образа жизни;
- принятие важности и необходимости заботы о своем здоровье;
- ощущение эмоционального комфорта от совместных со взрослыми и сверстниками подвижных игр, спортивных праздников, физкультурного досуга;
- интерес к изучению возможностей собственного тела, интерес к природным задаткам, которые проявляются при занятии различными видами деятельности;
- вера в достижение успеха в спортивных играх;
- способность определять и оценивать свои достижения;
- способность оценить спортивные достижения другого человека;
- способность сопереживать сверстникам в случаях победы и поражения в спортивных играх, соревнованиях;
- способность видеть и ценить красоту человеческого тела;
- переживание радости успеха в спортивных играх, соревнованиях;
- активное участие в совместных спортивных играх с взрослыми и сверстниками, демонстрирующее стремление учитывать интересы окружающих людей;
- учет индивидуальных физических возможностей при включении в различные виды деятельности;
- положительный эмоциональный настрой на организованные занятия физической культурой;

- способность к образному перевоплощению;
- стремление к выполнению ведущих ролей в подвижных играх;
- осознанное выполнение требований техники безопасности в разных формах и видах двигательной деятельности.

2. Содержательный отдел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 3 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

2.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;

- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в подвижные игры, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила 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.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

формы организации двигательной деятельности:

- утренняя гигиеническая гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе
- физкультминутки
- физкультпаузы
- подвижные игры
- бодрящая гимнастика
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
- самостоятельная двигательная деятельность

и типы занятий:

- учебно-тренировочное
- сюжетное
- игровое
- тренировочное

- комплексное
- физкультурно-познавательное
- тематическое
- нетрадиционное
- контрольное.

2.2.Содержание образовательной деятельности

Рабочая программа направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других образовательных областей («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
ОРУ:	- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений.
Строевые упражнения:	- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.
Музыкально-ритмические упражнения:	- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком; - имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.); - поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение.
Подвижные игры:	- сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия,

	координации; - малоподвижные игры.
Спортивные упражнения:	- катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки; - ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием; - катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
Активный отдых:	- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы.

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
ОРУ:	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.
Строевые упражнения:	- построение в колонну по одному, по два, врассыпную; - построение по росту; - размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; - перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении; - перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам; - повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.
Ритмическая гимнастика:	- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом и окончанием музыки; - ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку; - выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши;

	- комбинации из двух освоенных движений.
Подвижные игры:	- сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры - игры на развитие ориентировки в пространстве - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации - народные игры - малоподвижные игры.
Спортивные упражнения:	<i>Катание на санках:</i> - подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. <i>Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</i> - по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью. <i>Ходьба на лыжах:</i> - скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой».
Активный отдых:	- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы; - участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей.

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки.

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
ОРУ:	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.
Строевые упражнения:	- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена; - перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без; - повороты направо, налево, кругом; - размыкание и смыкание.
Ритмическая гимнастика:	- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе; - ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад

	<p>(спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, кружения по одному и в парах.
Подвижные игры:	<ul style="list-style-type: none"> - сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры - игры на развитие ориентировки в пространстве - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации - народные игры - малоподвижные игры.
Спортивные упражнения:	<p><i>Катание на санках:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки. <p><i>Ходьба на лыжах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - по лыжне (на расстояние до 500 м.); - скользящим шагом; - повороты на месте (направо и налево) с переступанием; - подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок). <p><i>Катание на трехколесном велосипеде, самокате:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; - с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.
Спортивные игры:	<p><i>Городки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м). <p><i>Элементы баскетбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - перебрасывание мяча друг другу от груди; - ведение мяча правой и левой рукой; - забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; - игра по упрощенным правилам. <p><i>Бадминтон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом <p><i>Элементы футбола:</i> отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.</p>
Активный отдых:	<ul style="list-style-type: none"> - физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы; - туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать.

2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
ОРУ:	- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др.
Строевые упражнения:	- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу; - перестроение 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; - равнение в колонне, шеренге, кругу; - размыкание и смыкание приставным шагом; - повороты направо, налево, кругом.
Ритмическая гимнастика:	- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку; - танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками; - поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; - ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону; - кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки.
Подвижные игры:	- сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры - игры на развитие ориентировки в пространстве - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации - народные игры

	- малоподвижные игры
Спортивные упражнения:	<p><i>Катание на санках:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость. <p><i>Ходьба на лыжах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; - попеременным двухшажным ходом (с палками); - повороты переступанием в движении; - поднимание на горку «лесенкой», «елочкой». <p><i>Катание на коньках:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); - приседания из исходного положения стоя; - скольжение на двух ногах с разбега; - повороты направо и налево во время скольжения, торможения; - скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. <p><i>Катание на трехколесном велосипеде, самокате:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.
Спортивные игры	<p><i>Городки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; - построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. <p><i>Элементы баскетбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 т. п.) 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. <p><i>Элементы футбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; - ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота; - играть по упрощенным правилам. <p><i>Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; - прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой; - ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; - забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); - попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения. <p><i>Бадминтон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку. <p><i>Элементы настольного тенниса:</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> - 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.
Активный отдых:	<ul style="list-style-type: none"> - физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы; - туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут).

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пешеходных туристских прогулок и экскурсий;
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФООП, с опорой на учебно-методический комплекс к программе «От рождения до школы», перспективным планированием обучения основным видам движений

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).

2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство “ГНОМ и Д”, 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Павлова Т.Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.
8. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
9. Адашквичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
10. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
11. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
12. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

2.3. Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

При реализации рабочей программы по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

2-я младшая группа

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

Средняя группа

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;

- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- расширению и закреплению представлений о здоровье, здоровом образе жизни, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Подготовительная группа

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения;
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию.

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Двигательный режим

Формы организации	Возраст 1-3 года		Возраст 2-4 года		Возраст 5-7 лет.	
Физкультурная ОД	10-15 мин		15-20 мин		25-30 мин	
Утренняя гимнастика	4-6 мин		6-8 мин		8-10 мин	
Подвижные игры и физические упражнения в группе	Ежедневно 10 мин		Ежедневно 10 - 15 мин		Ежедневно 15 - 20 мин	
Физминутка во время занятия	Ежедневно 1-3мин					
Подвижная игра и физические упражнения на прогулке (утренняя и вечерняя)	Ежедневно 2 раза – 8-10 мин	Ежедневно 2 раза – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 25-30 мин	
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	6-10 мин	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин	
Гимнастика после дневного сна	4-6 мин	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	
Спортивные развлечения	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30мин	

Спортивные праздники		20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60 мин/2р/г	
Неделя спорта		15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин

2 младшая группа.

Месяц	Праздники	Досуги
сентябрь		
октябрь		«Осень»
ноябрь		«Самый сильный»
декабрь		
январь		Досуг с родителями «Мой весёлый, звонкий мяч»
февраль	Месячник здоровья	
март	«Путешествие в Простоквашино»	
апрель		«Папа, мама, я – спортивная семья»
май		«Путешествие в зоопарк»
июнь	«Разноцветные мячи»	
июль	«Весёлые лягушата»	
август	«Муха – Цокотуха»	

Средняя группа

Месяц	Праздники	Досуги
сентябрь		
октябрь		«Осень»
ноябрь		«Самый быстрый»
декабрь		
январь		«Зимние забавы»
февраль	Месячник здоровья	
март	«Проводы зимы»	«В гостях у мяча»
апрель		«В гостях у цирка»
май		«Весёлые старты»
июнь	«Разноцветные мячи»	
июль	«Весёлые лягушата»	
август	«Муха – Цокотуха»	

Старшая группа

Месяц	Праздники	Досуги
сентябрь	«Обруч»	
октябрь		«Осенние старты»»

ноябрь		«Мой весёлый, звонкий мяч»
декабрь		«Зимние забавы»
январь		«Ура! Зимние каникулы!»
февраль	Месячник здоровья	«Папа, мама, я – спортивная семья»
март	«Проводы зимы»	
апрель		«Остров невезения»
май		«Мы ловкие и быстрые»
июнь	«Праздник скакалки»	
июль	«Путешествие в Спортландию»	
август	«Форт - Баяр»	

Подготовительная группа

Месяц	Проекты	Праздники	Досуги
сентябрь	«Велосипед»		
октябрь			«Туристы»
ноябрь			«Мой весёлый, звонкий мяч»
декабрь			«Весёлые ребята»
январь			«Санки»
февраль		Месячник здоровья	
март	«Масленица»		«Папа, мама, я – спортивная семья»
апрель			«Путешествие по крепости»
май			«Зов джунглей»
июнь		«Праздник скакалки»	
июль		«Путешествие в Спортландию»	
август		«Форт - Баяр»	

2.4.3. Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

Гимнастическая лестница (высота 2,75 м)	6 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая	2 шт.
Доска наклонная	3 шт
Лестница деревянная с зацепами	3 шт.

Мячи:	
• маленькие (теннисные и пластмассовые),	10 шт.
• средние (резиновые),	20 шт.
• большие (, резиновые, баскетбольные, №3)	20 шт.
Гимнастический мат	8 шт.

Скакалка детская	
• для детей подготовительной группы (длина 210 см)	25 шт.
• для детей средней и старшей группы (длина 180 см)	25 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Кегли	20 шт.
Мешочки для метания	20 шт.
Обруч пластиковый детский	
• большой (диаметр 90 см)	8 шт.
• средний (диаметр 50 см)	25 шт.
Конус для эстафет	4 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	3 шт.
Туннель для подлезания мягкий	1 шт.
Кубики пластмассовые	40 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	40 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (деревянная, пластиковая)	1 шт.
Шнур 1,5м	4 шт.
Коврик со следочками (для отработки различных способов ходьбы)	2 шт.
Погремушки	20 шт.
Флажки разноцветные	20 шт.
Кольцо баскетбольное навесное на гимнастическую стенку	2 шт.
Мишень для метания	1 шт.
Корзина для инвентаря мягкая	3 шт.
Рулетка измерительная (5м)	1 шт.
Секундомер	1 шт.
Свисток	1 шт.

палка гимнастическая (длина 76 см)	30 шт.
------------------------------------	--------

2.4.4. Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ здорового образа жизни традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

№ п/п	Наименование методов	Описание методов
1.	Наглядные методы:	- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике; - наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).
2.	Вербальные методы	- направлены на активизацию сознания ребенка,

	(словесные):	формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях; - название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.
3.	Практические методы:	- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений; - применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплению двигательных навыков и умений; - закреплению двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях; - при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
4.	Информационно-рецептивный метод:	- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение).
5.	Репродуктивный метод:	- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
6.	Метод проблемного изложения:	- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
7.	Эвристический метод (частично-поисковый):	- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
8.	Исследовательский метод:	- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Выбор форм, методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям

предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации рабочей программы.

2.5. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога – психолога, музыкальных руководителей, родителей

Срок проведения	Тема консультаций	С кем проводиться
Сентябрь	«Гигиеническое значение спортивной формы»	Воспитатели всех групп
Октябрь	Подведение итогов диагностики	Воспитатели всех групп
Ноябрь	«Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников»	Воспитатели всех групп
Декабрь	«Значение физ. минуток»	Воспитатели всех групп
Февраль	«Подвижные игры – путь к ЗОЖ»	Воспитатели всех групп
Март	«Весенние подвижные игры»	Воспитатели всех групп
Апрель	«Подвижные игры по произведениям художественной литературы»	Воспитатели всех групп
Май	«Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в 2024 – 2025 учебном году»	Педсовет

Взаимодействие с администрацией ДОО.

Заведующий детским садом, и заместитель заведующего по учебно-воспитательной работе обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. Коррекционно-развивающую работу в ДОО осуществляют логопед, учитель – бурятолог и другие педагоги (воспитатели, инструктор по физической культуре, и т.д.).

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми – инвалидами, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. Коррекционно-развивающая работа с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий.

2.6.1 В соответствии со Стандартом дошкольного образования и принципами Программы оценка качества образовательной деятельности по Программе:

1. поддерживает ценности развития и позитивной социализации ребенка раннего и дошкольного возраста с ОВЗ;
2. учитывает факт разнообразия путей развития ребенка с ОВЗ в условиях современного общества;
3. ориентирует систему дошкольного образования на поддержку вариативных организационных форм дошкольного образования для обучающихся с ОВЗ;
4. обеспечивает выбор методов и инструментов оценивания для семьи, образовательной организации и для педагогических работников ДО в соответствии:
 - разнообразия вариантов развития обучающихся с ОВЗ в дошкольном детстве;
 - разнообразия вариантов образовательной и коррекционно-реабилитационной среды;

- разнообразия местных условий в разных регионах и муниципальных образованиях Российской Федерации;
5. представляет собой основу для развивающего управления программами дошкольного образования для обучающихся с ОВЗ на уровне ДО, учредителя, региона, страны, обеспечивая тем самым качество основных образовательных программ дошкольного образования в разных условиях их реализации в масштабах всей страны.

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

- диагностика развития ребенка раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, используемая как профессиональный инструмент педагогического работника с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми с ОВЗ по Программе;
- внутренняя оценка, самооценка ДО;
- внешняя оценка ДО, в том числе независимая профессиональная и общественная оценка.

На уровне образовательной организации система оценки качества реализации Программы решает задачи:

1. повышения качества реализации программы дошкольного образования;
2. реализации требований стандарта к структуре, условиям и целевым ориентирам основной образовательной программы дошкольной организации;
3. обеспечения объективной экспертизы деятельности ДО в процессе оценки качества адаптированной программы дошкольного образования обучающихся с ОВЗ;
4. задания ориентиров педагогическим работникам в их профессиональной деятельности и перспектив развития самой ДО;
5. создания оснований преемственности между дошкольным и начальным общим образованием обучающихся с ОВЗ.

2.6.2 Содержательный раздел программы

Описание образовательной деятельности обучающихся с ЗПР в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в ОО «Физическое развитие».

Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, возраста обучающихся с ЗПР, особенностей и интересов обучающихся, запросов родителей (законных представителей).

Образовательная деятельность с детьми раннего возраста с задержкой психомоторного и речевого развития.

Физическое развитие. Основными задачами образовательной деятельности во взаимосвязи с коррекционной работой являются:

- укрепление здоровья обучающихся, становление ценностей здорового образа жизни;
- развитие различных видов двигательной активности;
- совершенствование психомоторики, общей и мелкой моторики;
- формирование навыков безопасного поведения.

В сфере развития различных видов двигательной активности организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием - как внутри помещений ДО, так и на внешней ее территории (горки, качели) для удовлетворения естественной потребности обучающихся в движении, для развития ловкости, силы, координации.

Важно целенаправленно развивать прaxis позы при имитации отдельных движений педагогического работника (присесть, встать, поднять руки вверх). Нормализовать тонус мелких мышц; развивать моторику рук; совершенствовать хватательные

движения, учить захватывать большие предметы двумя руками, а маленькие - одной рукой, закреплять различные способы хватания: кулаком, щепотью, подводить к "пинцетному" захвату мелких предметов. При выполнении соотносящих действий в дидактических играх развивать точность движений рук, глазомер, согласованность движений обеих рук, зрительно-моторную координацию.

Развивают динамический праксис: учат выполнять серию движений по подражанию (в плане общей и мелкой моторики). Важно развивать навыки застегивания (пуговиц, кнопок, липучек) и действий со шнуровками. Учить элементарным выразительным движениям руками в пальчиковых играх - драматизациях. Упражнять в выполнении действий с предметами, ориентируясь на показ и словесную инструкцию.

Проводить подвижные игры, способствуя получению детьми радости от двигательной активности, развивать ловкость, координацию движений, правильную осанку.

В сфере формирования навыков безопасного поведения важно создать в ДО безопасную среду, а также предостерегать обучающихся от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Требования безопасности не должны реализовываться за счет подавления детской активности и препятствования деятельному познанию окружающего мира.

Физическое развитие.

Физическое развитие тесно взаимосвязано со здоровьесберегающими технологиями и направлено на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, развитие и коррекцию основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации.

Физическое развитие пронизывает всю организацию жизни обучающихся в семье и дошкольной образовательной организации. Содержание занятий по физическому развитию включают в себя определенные задания и упражнения, игры и развлечения на воздухе, а также отдельные закаливающие процедуры, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Основной формой обучения обучающихся движениям в дошкольной образовательной организации признаны занятия, проводимые инструктором по физической культуре (или воспитателем). В тоже время значительное место в системе физического воспитания занимают подвижные игры, которые широко применяются и на занятиях учителя-дефектолога, на других занятиях (музыка, ритмика, театрализованная деятельность) и в ходе прогулок, проводимых воспитателем.

Занятия по физическому воспитанию решают как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений, метание, ходьба, бег, лазанье, ползание, прыжки, а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Организация физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В ходе утренней гимнастики в семье и на занятиях в Организации целесообразно предлагать детям основные виды движений в следующей последовательности: сначала движения на растягивание, в положении лежа, далее метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях, а затем переход к упражнениям в вертикальном положении (ходьба, лазание, бег) и к подвижным играм.

Работа по развитию ручной и тонкой ручной моторики проводится на специальных занятиях. На начальном этапе обучения большое внимание уделяется общему развитию рук ребенка, формированию хватания, становлению ведущей руки, согласованности действий обеих рук, выделению каждого пальца. В ходе проведения занятий у обучающихся отрабатываются навыки удержания пальцевой позы, переключения с одной позы на другую, одновременному выполнению движений пальцами и кистями обеих рук. Эти и подобные им движения выполняются в сочетании с речевым сопровождением и с опорой на зрительные и тактильные

образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой для становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности обучающихся.

Формирование представлений о здоровом образе жизни.

Задачи воспитания по охране и совершенствованию здоровья обучающихся на весь период пребывания обучающихся в дошкольной образовательной организации:

1. Создание условий для полноценного и всестороннего развития обучающихся на базе активного двигательного режима, соблюдения режима дня, совершенствования предметно-развивающей, материально-технической и экологической среды.

В группах не должно быть острых, колющих, режущих и опасных для здоровья обучающихся предметов, металлических игрушек, целлофановых пакетов. Все мелкие предметы необходимо содержать в месте, недоступном для самостоятельного пользования обучающихся.

2. Укрепление жизнеспособности детского организма через воспитание навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков, привитие здоровьесберегающих потребностей и расширение возможностей их практической реализации.

3. Формирование у обучающихся представлений о физических потребностях своего организма, адекватных способах их удовлетворения.

4. Воспитание у обучающихся практических навыков и приемов, направленных на сохранение и укрепление здоровья в повседневной жизни.

2.6.3 Основные направления коррекционно-педагогической работы:

1. "Путь к себе"

2. "Мир моих чувств и ощущений"

3. "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья".

4. "Движение - основа жизни"

5. "Человек есть то, что он ест"

6. "Советы доктора Айболита"

7. "Здоровье - всему голова"

В направлении "Путь к себе" у обучающихся закрепляется образ "Я"; они учатся понимать и принимать свои физические, умственные возможности, сильные и слабые стороны личности.

У обучающихся закрепляются представления о значении культурно-гигиенических навыков в жизни человека; у них закладываются представления о целостности организма человека, о взаимосвязях в деятельности его систем и об их взаимоотношениях с окружающим миром.

Ребенок познает себя через общение с окружающими людьми, наблюдение за их повседневной жизнью и деятельностью. Формируя основы здоровьесберегающих технологий, нужно постоянно помнить, что общение педагогического работника с детьми создает основу для формирования у них эталонов позитивного отношения к своему здоровью. При этом в ходе воспитания создаются предпосылки для адекватного реагирования на те или иные жизненные ситуации и поступки, которые либо способствуют укреплению здоровья и самочувствия, либо наносят им урон.

В ходе работы по данному направлению происходит знакомство ребенка с собой, со своими внутренними потребностями и возможностями, с элементарными навыками ухода за своим телом.

В содержании работы "Мир моих чувств и ощущений" обучающиеся знакомятся с основными средствами познания мира - зрением, слухом, кожей и мышечной чувствительностью, обонянием, вкусовыми ощущениями. Путем практических упражнений обучающиеся постигают особенности этих ощущений, учатся им доверять и использовать в повседневной практике, фиксируют в речи свои ощущения. Кроме того, создаются специальные ситуации для накопления индивидуального чувственного и эмоционального опыта, который закладывает основы представлений

обучающихся о различных чувствах и их проявлениях в поведении и в отношениях с окружающими людьми.

У обучающихся формируются представления о необходимости бережного отношения к органам чувств. С детьми проводятся упражнения по самомассажу, формируются у них навыки ухода за ушами (гигиена ушей) и кожей.

При ознакомлении обучающихся с направлением **"Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья"** - происходит формирование представлений обучающихся о единстве Человека и Природы. Первоначально ознакомление с этим единством проводится в ходе понимания дошкольниками значимости режима дня в обыденной жизни как проявления биоритмов природы. Обучающиеся знакомятся и с другими биоритмами - сезонными и суточными изменениями, учатся соотносить свое поведение и самочувствие с этими изменениями.

В подготовительной к школе группе у дошкольников формируются представления о возрасте людей. Они узнают о зависимости деятельности человека от его возраста. Начинают понимать, что самочувствие человека зависит от правильного отношения к своему здоровью и от поведения человека. Такой подход является основой для формирования представлений о здоровом образе жизни как базовой потребности человеческого организма.

В дальнейшем "солнце, воздух и вода" рассматриваются как факторы, оказывающие важнейшее влияние на жизнь и здоровье не только человека, но и всего живого на Земле.

Солнце, свет. Их роль и влияние на жизнь, рост и развитие живых организмов. Взаимосвязь солнца и температуры воздуха. На прогулках и в ходе занятий обучающихся знакомят с правилами поведения на солнце, что особенно актуально в теплое время года. Таким образом, осуществляется профилактика перегревания. Здесь же обучающихся знакомят с необходимостью ухода за глазами, проводится профилактика их переутомления. Обучающиеся практически овладевают приемами и упражнениями для укрепления глазных мышц и развития остроты зрения.

Воздух. Обучающиеся знакомятся с приемами правильного дыхания, овладевают навыками контроля за своим поведением с использованием дыхательных упражнений. Соблюдение режима проветривания помещения, регулярные прогулки и активный отдых, сон в проветриваемом помещении становится для обучающихся важным условием здорового образа жизни.

Вода. Обучающиеся знакомятся с ее значением для жизни живых организмов на Земле, у них закрепляются представления о простейших свойствах воды и ее значении в жизни человека. Обучающиеся знакомятся с водой как со средством гигиены, закаливания и оздоровления своего организма.

Содержание работы "Движение - основа жизни" - посвящено формированию у обучающихся представлений о значении двигательной активности в жизни человека. Обучающиеся знакомятся со своими индивидуальными параметрами физического развития и роста. Они учатся замерять свой рост, оценивать свою силу, ловкость, скорость передвижения, выносливость при физических нагрузках. В процессе занятий дошкольники знакомятся с ролью подвижных игр в повышении работоспособности, в снятии напряжения и усталости; овладевают комплексами упражнений для физкультурминуток на занятиях, для утренней гимнастики.

Педагогическая работа, связанная с "Человек есть то, что он ест" посвящена формированию у обучающихся представлений о полноценном, сбалансированном и здоровом питании. Обучающиеся знакомятся с полезными для здоровья человека продуктами и с их качественным выбором. Они постигают в общих чертах особенности процесса пищеварения, культуры питания и поведения за столом.

У дошкольников формируются навыки ухода за своими зубами, их учат, как надо правильно чистить зубы, беречь их, своевременно обращаться к врачу. У обучающихся закладываются представления о связи здорового и полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, органами пищеварения.

В направлении "Советы доктора Айболита" работа посвящена формированию у обучающихся представлений о возможностях традиционного, лекарственного и нетрадиционного оздоровления и лечения организма. Обучающихся знакомят со случаями и жизненными ситуациями, в которых необходимо обращение к врачу, овладевают приемами элементарной медицинской помощи.

Детям рассказывают о случаях, в которых возникает угроза здоровью: высокая температура, сильный кашель, пищевое отравление, травма, боль в различных частях тела. У обучающихся формируются представления о своих правильных действиях в проблемных, жизненных ситуациях: вызов скорой помощи, обращение за помощью к другому человеку, необходимость сделать прививку или укол, лечение зубов, прием лекарства, полоскание горла и другое.

В этом же направлении проводится работа по профилактике простудных заболеваний у обучающихся.

В содержании "Здоровье - всему голова" работа направлена на закрепление у обучающихся представлений о здоровье и здоровом образе жизни как об одной из важнейших, жизненных ценностей человека. Обсуждаются условия поддержания своего организма в активном, здоровом состоянии, формируются установки на порицание вредных привычек (переедание, алкоголь, курение, токсикомания), наносящих урон здоровью и развитию организма.

У обучающихся закрепляются навыки безопасного поведения на дорогах, во дворе, на пешеходных переходах, формируются представления о правильном поведении в экстремальных ситуациях: при встрече с чужим человеком, с незнакомым животным, во время пожара, наводнения, большого скопления людей.

Содержание работы в ДО должно быть направлено на совершенствование духовного развития обучающихся, укрепление их физического здоровья и создание условий для обеспечения базовых человеческих потребностей, создание им индивидуального психологического комфорта. В целом, у дошкольников формируется стойкая установка на здоровый образ жизни и овладение правильными формами поведения в различных жизненных ситуациях.

2.6.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями дошкольников с ОВЗ:

В условиях работы с детьми с ОВЗ перед педагогическим коллективом встают новые задачи по взаимодействию с семьями обучающихся, так как их родители (законные представители) также нуждаются в специальной психолого-педагогической поддержке. Одной из важнейших задач является просветительско-консультативная работа с семьей, привлечение родителей (законных представителей) к активному сотрудничеству, так как только в процессе совместной деятельности Организации и семьи удастся максимально помочь ребенку в преодолении имеющихся недостатков и трудностей.

При реализации задач социально-педагогического блока требуется тщательное планирование действий педагогических работников и крайняя корректность при общении с семьей.

Формы организации психолого-педагогической помощи семье:

№ п/п	Формы организации	Работа по взаимодействию с родителями	Задачи
1.	<i>коллективные формы взаимодействия:</i>	Общие родительские собрания (поводятся администрацией ДО 3 раза в год, в начале, в середине и в конце учебного года).	Информирование и обсуждение с родителями (законным представителям) задач и содержание коррекционно-образовательной работы; решение организационных вопросов; информирование родителей (законных представителей) по

			вопросам взаимодействия Организации с другими организациями, в том числе и социальными службами.
		Групповые родительские собрания. Проводятся педагогическими работниками не реже 3-х раз в год и по мере необходимости.	Обсуждение с родителями (законным представителям) задач, содержания и форм работы; сообщение о формах и содержании работы с детьми в семье; решение текущих организационных вопросов.
		"День открытых дверей" (проводится администрацией Организации в апреле для родителей (законных представителей) обучающихся, поступающих в Организацию в следующем учебном году).	Знакомство с детским садом, направлениями и условиями его работы.
		Тематические занятия "Семейного клуба" (работа клуба планируется на основании запросов и анкетирования родителей (законных представителей). Занятия клуба проводятся специалистами Организации один раз в два месяца). Формы проведения: тематические доклады; плановые консультации; семинары; тренинги; "Круглые столы".	Знакомство и обучение родителей (законных представителей) формам оказания психолого-педагогической помощи со стороны семьи детям с проблемами в развитии; ознакомление с задачами и формами подготовки обучающихся к школе.
		Проведение детских праздников и "Досугов" (подготовкой и проведением праздников занимаются специалисты Организации с привлечением родителей (законных представителей).	Поддержание благоприятного психологического микроклимата в группах и распространение его на семью.
2.	<i>индивидуальные формы работы:</i>	Анкетирование и опросы (проводятся по планам администрации,	Сбор необходимой информации о ребенке и его семье; определение запросов родителей (законных

		педагогических работников по мере необходимости).	представителей) о дополнительном образовании обучающихся; определение оценки родителям (законным представителям) эффективности работы специалистов и воспитателей; определение оценки родителям (законным представителям) работы ДО.
		Беседы и консультации специалистов (проводятся по запросам родителей (законных представителей) и по плану индивидуальной работы с родителями (законным представителям).	Оказание индивидуальной помощи родителям (законным представителям) по вопросам коррекции, образования и воспитания; оказание индивидуальной помощи в форме домашних заданий.
		"Психологическая служба доверия" (работу службы обеспечивают администрация и педагог-психолог. Служба работает с персональными и анонимными обращениями и пожеланиями родителей (законных представителей). Информация о работе "Психологической службы доверия" размещается на официальном сайте ДО.	Оперативное реагирование администрации ДО на различные ситуации и предложения.
		Родительский час. Проводится учителями-дефектологами и учителями-логопедами групп один раз в неделю во второй половине дня с 17 до 18 часов.	Информирование родителей (законных представителей) о ходе образовательной работы с ребенком, разъяснение способов и методов взаимодействия с ним при закреплении материала в домашних условиях, помощь в подборе дидактических игр и игрушек, детской литературы, тетрадей на печатной основе, раскрасок, наиболее эффективных на определенном этапе развития ребенка.
3.	<i>формы наглядного информационного обеспечения:</i>	Информационные стенды и тематические выставки. Стационарные и передвижные стенды и выставки размещаются в удобных для родителей	-Информирование родителей (законных представителей) об организации коррекционно-образовательной работы в ДО. -Информация о графиках работы администрации и специалистов.

		(законных представителей) местах (например, "Готовимся к школе", "Развиваем руку, а значит, и речь", "Игра в развитии ребенка", "Как выбрать игрушку", "Какие книги прочитать ребенку", "Как развивать способности ребенка дома").	
		Выставки детских работ. Проводятся по плану воспитательно-образовательной работы.	-Ознакомление родителей (законных представителей) с формами продуктивной деятельности обучающихся. -Привлечение и активизация интереса родителей (законных представителей) к продуктивной деятельности своего ребенка.
4.	<i>открытые занятия специалистов и воспитателей:</i>	Задания и методы работы подбираются в форме, доступной для понимания родителям (законным представителям). Проводятся 2-3 раза в год.	-Создание условий для объективной оценки родителям (законным представителям) успехов и трудностей своих обучающихся. -Наглядное обучение родителей (законных представителей) методам и формам дополнительной работы с детьми в домашних условиях.
5.	<i>В реализации задач социально-педагогического блока принимают все специалисты и воспитатели специального детского сада. Сфера их компетентности определена должностными инструкциями.</i>	Совместные и семейные проекты различной направленности. Создание совместных детско-родительских проектов (несколько проектов в год) Опосредованное интернет-общение. Создание интернет-пространства групп, электронной почты для родителей (законных представителей)	Активная совместная экспериментально-исследовательская деятельность родителей (законных представителей) и обучающихся. Позволяет родителям (законным представителям) быть в курсе содержания деятельности группы, даже если ребенок по разным причинам не посещает дошкольную образовательную организацию. Родители (законные представители) могут своевременно и быстро получить различную информацию: презентации, методическую литературу, задания, получить ответы по интересующим вопросам. При этом активная позиция в этой системе принадлежит педагогу-психологу, который изучает и

			анализирует психологические и личностные особенности развития обучающихся в семье.
--	--	--	--

2.6.4 Организация развивающей предметно-пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда должна отражать федеральную, региональную специфику, а также специфику ОО и включать:

- оформление помещений;
- оборудование, в том числе специализированное оборудование для обучения и воспитания обучающихся с ОВЗ;
- игрушки.

Развивающая предметно-пространственная среда должна отражать ценности, на которых строится программа воспитания, способствовать их принятию и раскрытию ребенком с ОВЗ.

Среда включает знаки и символы государства, региона, города и организации.

Среда отражает региональные, этнографические, конфессиональные и другие особенности социокультурных условий, в которых находится Организация.

Среда должна быть экологичной, природосообразной и безопасной.

Среда обеспечивает ребенку с ОВЗ возможность общения, игры и совместной деятельности. Отражает ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей.

Среда обеспечивает ребенку с ОВЗ возможность познавательного развития, экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывает красоту знаний, необходимость научного познания, формирует научную картину мира.

Среда обеспечивает ребенку с ОВЗ возможность посильного труда, а также отражает ценности труда в жизни человека и государства (портреты членов семей обучающихся, героев труда, представителей профессий) Результаты труда ребенка с ОВЗ могут быть отражены и сохранены в среде.

Среда обеспечивает ребенку с ОВЗ возможности для укрепления здоровья, раскрывает смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта.

Среда предоставляет ребенку с ОВЗ возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями региональной культурной традиции. Вся среда дошкольной организации должна быть гармоничной и эстетически привлекательной.

2.7. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно - исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий.

Сетка непосредственно образовательной деятельности

Дни недели	Возрастная группа	Время
------------	-------------------	-------

Понедельник	1 гр. – старшая коррекционная гр. 7 гр. – подготовительная к школе гр 5 гр. – старшая коррекционная гр. 10 гр. – подготовительная к школе группа	9.00-9.25 9.35-10.05 10.05 – 10.30 10.30 – 11.00
Вторник	8 гр. – 2 младшая гр. 11 гр. – 2 младшая гр. 6 гр. - средняя гр. 4 гр. – средняя коррекционная гр. 12гр. – старшая гр.	9.00 – 9.15 9.15 – 9.30 9.30 – 9.50 10.00 – 10.20 10.25 – 10.50
Среда	1 гр. – старшая коррекционная гр. 7 гр. – подготовительная к школе гр 5 гр. – старшая коррекционная гр. 10 гр. – подготовительная к школе группа	9.00-9.25 9.35-10.05 10.05 – 10.30 10.30 – 11.00
Четверг	8 гр. – 2 младшая гр. 11 гр. – 2 младшая гр. 6 гр. - средняя гр. 4 гр. – средняя коррекционная гр. 12гр. – старшая гр.	9.00 – 9.15 9.15 – 9.30 9.30 – 9.50 10.00 – 10.20 10.25 – 10.50
Пятница	6 гр. – средняя гр. 12 гр. – старшая гр. 1 гр. – старшая гр. 4 гр. – старшая гр. 5 гр. – подгот.гр. 10 гр – подгот. гр. 7 гр. – подгот. гр.	10.00 – 10.20 10.20 – 10.45 10.45 – 11.05 10.45 – 11.05 10.45 – 11.05 11.05 – 11.35 11.05 – 11.35

2.8. Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в ДОО. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагогу важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать детей на получение хорошего результата, своевременно обращать особое внимание на детей, проявляющих небрежность, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;

- дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

3-4 года: Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям о из реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
- способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость.

4-5 лет: Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли.
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе подвижных игр;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры;
- опираться на их желание во время занятий.

6 лет: приоритетная сфера инициативы — внеситуативно-личностное общение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;

- создавать условия и выделять время для дополнительных занятий спортом, физической культуры.

6-7 лет: приоритетная сфера инициативы — научение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной активности детей;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, и т.п. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям с просьбой показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого;
- поддерживать чувство гордости за свои успехи и удовлетворения его результатами;
- создавать условия для разнообразной спортивной деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры;
- реализовывать пожелания и предложения детей;
- создавать условия и выделять время для дополнительной двигательной активности детей по их интересам.

2.9. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьёй, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО.

Перспективный план по работе с родителями

Месяц	Возрастные группы	Формы проведения	Тема	Оформление материала
Сентябрь	Все группы	Общее и групповые собрания.	Роль семьи в физическом воспитании ребенка	Подборка информационного материала
Октябрь	Все группы	Индивидуальные консультации	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Отчет о результатах диагностики на начало учебного года.
		Спортивный праздник		
Ноябрь	Все группы	Консультация	Здоровый ребенок, или о пользе физических упражнений	Фото-видео отчет
Декабрь		Практикум	Двигательная активность ребенка дома. Совместные занятия физическими упражнениями детей и родителей	Подборка материала
Январь		Оформление информационного стенда	«Спорт – здоровый образ жизни!»»	Подборка материала
Февраль		Спортивный праздник	«А ну-ка, папы!»	Фото-видео отчет
Март		Консультация для родителей	«О пользе закаливания»	Подборка материала
Апрель		Оформление информационного стенда	«Профилактика нарушения осанки у детей»	Подборка материала, статей
	Все группы	Диагностика	Анализ физического состояния детей за год.	
Май		Индивидуальные собеседования	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Отчет о результатах диагностики на конец учебного года
Предполагается участие родителей в спортивных развлечениях, досугах, состязаниях и праздниках, в их подготовке и проведении на протяжении всего года.				

3 Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных

ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании развивающей предметно-пространственной среды ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно- климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и 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 т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

Используемые материалы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – 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 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа МБДОУ детского сада «Дюймовочка».

5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. исправ. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. – с. 336.
6. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович.-Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.-36 с.
7. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 88 с.
8. Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.
9. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 3 до 4 лет)
10. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 4 до 5 лет):Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 5 до 6 лет)
11. Программа «Из детства – в отрочество», авторы: Доронова Т.Н., Гризик Т.И., Ерофеева Т.И. и др.
12. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (от 6 до 7 лет)
13. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -168 с.

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Адашквичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва»Просвещение» 1992г.
2. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-7 лет. Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
7. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
8. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022г.

3.3.1.Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов в спортивном зале

В спортивном зале созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимся планируемых результатов освоения Программы;
 - 2) выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21: к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
- помещениям, их оборудованию и содержанию;
 - естественному и искусственному освещению помещений;
 - отоплению и вентиляции;
 - водоснабжению и канализации;
 - организации режима дня;

- организации физического воспитания;
- 3) выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- 4) выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников детского сада.

Спортивный зал оснащен полным набором оборудования для различных видов детской деятельности.

3.3.1. Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов в одном спортивном зале

Гимнастическая лестница (высота 2,75 м)	6 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая	2 шт.
Доска наклонная	3 шт.
Лестница деревянная с зацепами	3 шт.
Мячи: <ul style="list-style-type: none"> • маленькие (теннисные и пластмассовые), • средние (резиновые), • большие (, резиновые, баскетбольные, №3) 	10 шт. 20 шт. 20 шт.
Гимнастический мат	8 шт.
Скакалка детская <ul style="list-style-type: none"> • для детей подготовительной группы (длина 210 см) для детей средней и старшей группы (длина 180 см) 	25 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Кегли	20 шт.
Мешочки для метания	20 шт.
Обруч пластиковый детский <ul style="list-style-type: none"> • большой (диаметр 90 см) средний (диаметр 50 см) 	8 шт. 20 шт.
Конус для эстафет	4 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	3 шт.
Туннель для подлезания мягкий	1 шт.
Кубики пластмассовые	40 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	40 шт.
Ребристая дорожка (деревянная, пластиковая)	1 шт.
Шнур 1,5м	6 шт.
Флажки разноцветные	20 шт.
Кольцо баскетбольное навесное на гимнастическую стенку	2 шт.
Корзина для инвентаря мягкая	5 шт.
палка гимнастическая (длина 76 см)	40 шт.

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов в группах

	Возраст 1-3 года	Возраст 2-4 года	Возраст 5-7 лет.
Теоретический материал	- картотека подвижных игр; - картотека малоподвижных игр; - картотека физкультминуток; - картотека утренних гимнастик;	- картотека подвижных игр; - картотека малоподвижных игр; - картотека физкультминуток; - картотека утренних гимнастик; иллюстрированный	- картотека подвижных игр; - картотека малоподвижных игр; - картотека физкультминуток; - картотека утренних гимнастик; - сведения о

		материал по зимним и летним видам спорта; - символика и материалы по истории Олимпийского движения (средняя	важнейших событиях спортивной жизни страны (книжки-самоделки, альбомы); -иллюстрированный материал по зимним и
		гр.)	летним видам спорта; - символика и материалы по истории Олимпийского движения
Игры		- спортивный комплекс - дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками, спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.)	-спортивный комплекс - дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками, спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.)
Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук	- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы; - коврики и массажные; - бросовой материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и переключивания с места на место стопами и пальцами ног. - нестандартное оборудование, сделанное своими руками; - мячики – ежики		
Для игр и упражнений с прыжками, с бросанием, ловлей, метанием	Скакалки, обручи, ленточки с колечками, обручи малые Мячи разного размера, корзина для заброса мячей	Скакалки, обручи, ленточки с колечками, обручи малые, обручи большие Мячи разного размера, мяч на липучке с мишенью, кольцоброс, кегли - мячи резиновые; - скакалки; - обручи; - хоккейные клюшки;	Скакалки, обручи, ленточки с колечками, обручи малые, обручи большие Мячик для настольного тенниса с ракеткой, мяч на липучке с мишенью, мячи разного размера, кольцоброс, кегли - мячи резиновые; - скакалки; - обручи - хоккейные клюшки;
Выносной материал	мячи резиновые; обручи	- мячи резиновые; мяч футбольный; бадминтон; скакалки; обручи; хоккейные клюшки.	

3.4. Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
---	-------------	------------	---------------	---------------

I. Мониторинг				
1	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (сентябрь и апрель)	медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Старшая и подготовительная к школе группы	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр
II. Двигательная деятельность				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Занятия по физической культуре	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика.	Все группы	Ежедневно (во время утренних занятий, между занятиями)	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
4.	Динамические паузы	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
5.	Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
6.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
7.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
8.	Спортивные упражнения	Все группы	По календарному плану	Воспитатели групп
9.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	По календарному плану	Воспитатели групп
10.	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
11.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
12	Неделя спорта	Все группы (кроме групп раннего возраста)	январь	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп

13.	День Здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ноябрь, февраль, май	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
III. Физкультурно-рекреационная работа				
1	Участие в районном конкурсе	Дети старшего дошкольного возраста	Октябрь	Инструктор по физкультуре
2	Участие в районных, спортивных мероприятиях	Дети старшего дошкольного возраста	Апрель, июнь	Инструктор по физкультуре
IV. Профилактические мероприятия				
1	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
2	Гимнастика для глаз	Все дети	В течение года	Воспитатели
3	Самомассаж	Все дети	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
V. Закаливание				
1	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
2	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3	Мытье рук, лица.	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

3.1. Организация двигательного режима

Формы организации	Возраст 1-3 года	Возраст 2-4 года	Возраст 5-7 лет.
Физкультурная ОД	10-15 мин	15-20 мин	25-30 мин
Утренняя гимнастика	4-6 мин	6-8 мин	8-10 мин
Подвижные игры и физические упражнения в группе	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 - 15 мин	Ежедневно 15 - 20 мин
Физминутка во время занятия	Ежедневно 1-3 мин		

Подвижная игра и физические упражнения (утренняя и вечерняя)	на прогулке	Ежедневно 2 раза – 8-10 мин	Ежедневно 2 раза – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 25-30 мин
Индивидуальные движения на прогулке	развитию	6-10 мин	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Гимнастика	после дневного сна	4-6 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения		10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30 мин
Спортивные праздники			20 мин/2р/г	40 мин/2р/г		60 мин/2р/г
Неделя спорта			15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность		10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин

3.5. Организация двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Средний возраст		Старший возраст	
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>						
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет		5-6 лет	6-7 лет
1.1 Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	4-5 минут ежедневно	5-6 минут ежедневно	6-8 минут ежедневно		8-10 минут ежедневно	10 минут ежедневно
1.2 Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)					
1.3 Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно но 5-6 минут	Ежедневно но 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут		Ежедневно но 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
1.4 Закаливание:						
- воздушные ванны	Ежедневно после дневного сна					
- обтирание	Ежедневно после дневного сна					
- босохождение	Ежедневно после дневного сна					
- ходьба по	Ежедневно после дневного сна					

массажным дорожкам					
1.5 Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна				
<i>2. Учебные физкультурные занятия</i>					
2.1 Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по 10 минут	2 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю - 15 минут	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
2.3. Корректирующая гимнастика	1 раз в неделю 10 минут	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
<i>3. Спортивный досуг</i>					
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)				
3.2 Спортивные праздники	-	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
3.3 Досуги и развлечения вместе с родителями	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в год	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
3.5. Месячник здоровья	-	февраль	февраль	февраль	февраль
3.6. Закаливание и досуги в бассейне	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
<i>4. Совместная деятельность с семьей по формированию здорового образа жизни</i>					

4.1 Родительские встречи со специалистами	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в полгода	1 раз в полгода	1 раз в полгода
4.2 Малые олимпиады	-	1 раз в год	1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
4.3 Познавательные вечера «Береги свое здоровье», эксперименты, работа видеотеки, библиотеки познавательной литературы в Познавательном Центре детского сада	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц

Развернутое планирование занятий по физической культуре
II ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (2-3 года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга;
- прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед;
- брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч;
- ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

**РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)**

упражнения	Т.И Суворова	Т.И Суворова	А.Буренина, Т. Сауко	А.Буренина, Т. Сауко
2-я часть Основные движения	<p><u>Дорожка препятствий:</u> Пролезание в обруч (вертикальный) Прыжки на 2-х ногах через 2 шнура Ходьба по доске «По мостику» Ползание вверх-вниз по горке с двумя скатами. 2. Бросание мяча вдаль двумя руками снизу и бег за ним.</p>	<p>1. Прыжки на 2-х ногах под дорожке из 2-х шнуров. 2. Подлезание в обруч, подворотники. 3. Прыжки вокруг обруча 4. Бросание мяча вперед двумя руками от себя «Попадив обруч».</p>	<p><u>Дорожка препятствий:</u> Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. Прыжки на 2-х ногах под дорожке из 2-х шнуров Подлезание под 2 шнура. 2. Бросание мяча 2-я руками из-за головы через веревку</p>	<p>1. Бросание мяча 2-я руками из-за головы через веревку – подлезание под шнур и бег за мячом – ходьба с мячом в руках и подлезание под веревку. 2. Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. 3. Прыжки на 2-х ногах по дорожке из 2-х шнуров</p> <p><i>Спортивный досуг «Птички-невелички» «Воробышки и кошка»</i> А.Буренина, Т. Сауко</p>
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Птички летают»	
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Руки в стороны»	Танец «Прятки» А.Буренина, Т. Сауко	ПГ «Пальчик-мальчик»	«Каравай»
Январь				
Задачи				
<p><i>Упражнять в ходьбе взявшись за руки, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании со скамейки; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать глазомер и ловкость в прокатывании мяча в воротники; продолжать учить сохранять равновесие в ходьбе с перешагиванием через предметы. Побуждать выполнять правила в подвижных играх. Создавать радостное настроение от двигательной деятельности.</i></p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p><i>Умеет ходить «змейкой» взявшись за руки, ходить и бегать по дорожке из 2-х веревок, сохраняет равновесие при ходьбе с перешагиванием через предметы, владеет соответствующими возрасту основными движениями. Закрепляет умение в прыжках на 2-х ногах. Стараются самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, выполнять правила в играх. Получает удовольствие от двигательной активности.</i></p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				

1-я часть Вводная	Построение в цепочку держась за руки. Ходьба по залу взявшись за руки «змейкой»; высоко поднимая колени. Ходьба и бег вдоль каната, по дорожке из 2-х веревок (30 см).			
Общеразвивающие упражнения		С игрушками	С флажками	С флажками
2-я часть Основные движения	Новогодние каникулы	1. <u>Дорожка препятствий</u> : Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Ходьба с поочередным перешагиванием 3-х препятствий (выс.-5-10 см). Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х веревок 2. Прокатывание мяча сидя ногами врозь по дорожке в воротики	<u>Спортивный досуг</u> . 1. «Разноцветный мячик» 2. «Мы любим играть»	1. Влезание на гимн.скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Ходьба вверх-вниз по горке с двумя скатами 4. Прокатывание мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю
Подвижные игры		«Догони мяч»		«Воробышки и автомобиль»
3-я часть Малоподвижные игры		Танец «Веселые ладошки» А.Буренина, Т. Сауко		«Раздувайся пузырь»
Февраль				
Задачи				
Упражнять в ходьбе парами и в рассыпную, с высоким подниманием колен, в прыгивании со скамейки, в ходьбе и бег по периметру зала. Учить двигаться галопом, подбрасывать мяч вверх, подпрыгиванию вверх. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; упражнять в ползании на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать координацию движений при ходьбе по извилистой дорожке, броске мяча через веревку. Продолжать учить выполнять ОРУ по показу.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, старается энергично отталкиваться в подпрыгивании вверх, может бросать мяч через шнур; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. Помогает при уборке инвентаря и оборудования.				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12

Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: парами, друг за другом, галопом. Ходьба парами с высоким подниманием колен в чередовании с х.врассыпную («Марш» А.Буренина, Т. Сауко); бег парами в чередовании с б. врассыпную. Ходьба и бег по периметру зала.			
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С обручем	С мячом	С мячом
2-я часть Основные движения	1. <u>Дорожка препятствий</u> Ходьба по извилистой дорожке. Ползание по гимн.скамейкена четвереньках. Влезание на гимн.скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Прыжки по мату на 2-хногах 2. Бросание мяча 2-я руками из-за головы через веревку.	1. Подбрасывание мячавверх (без ловли). 2. Ходьба по извилистой дорожке перешагивая веревочки. 3. Влезание на гимн.скамейку и спрыгивание со скамейкина мат. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 5. Прямой галоп	1. <u>Дорожка препятствий</u> Перелезание через бревно. Ходьба по извилистой дорожке перешагивая кубики Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м). Прыжки через 3-4 косичкипоочередно 2. Подбрасывание мяча вверх 3. Прямой галоп	1. Подпрыгивание вверх. 2. Перелезание через бревно – подлезание под веревку – перелезание через бревно. 3. Бросание мяча вниз правой илевой рукой <i>Спортивный досуг</i> <i>«Вышла курочка гулять»</i> <i>«Самолеты»</i>
Подвижные игры	«Веселые парочки»	«Поезд»	«По тропинке»	
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Березка»	Дыхательное упражнение «Снежинки».	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба врассыпную
Март				
Задачи				
Ознакомить с ходьбой друг за другом, влезанием на гимн.стенку и правильным хватом за рейки. Упражнять в ходьбе на носках, с остановкой на сигнал, беге друг за другом. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ползании на четвереньках; ходьбе по наклонной доске. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать ловкость и координацию в подлезании и перелезании через препятствие, глазомер при броске мешочка в корзину. Продолжать воспитывать эмоциональную отзывчивость, поощрять умение пожалеть, воспитывать любовь к занятиям физкультурой.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоциипри физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.				

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; с остановкой на сигнал. Бег друг за другом по дорожке, как «самолеты», «птички».			
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С малым мячом	С обручем	С обручем
2-я часть Основные движения	1. <u>Дорожка препятствий</u> Ходьба по наклонной доске Перелезание через бревно – подлезание под веревку – перелезание через бревно. Ходьба с перешагиванием через предметы. 2. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку 3. Бросание мяча вниз правой и левой рукой	1. Бросание мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой 2. Ходьба по наклонной доске – Ходьба с перешагиванием через предметы. 3. Перелезание через бревно. 4. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку	<u>Работа по подгруппам:</u> 1. Влезание на гимн.стенку до 2-3 рейки 2. Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее. 3. Прыжки через 3-4 косички 4. Бросание мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее. 3. Влезание на гимн. стенке до 2-3 рейки «До ленточки» 4. Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ногами врозь <i>Спортивный досуг «Куклы любят физкультуру»</i>
Подвижные игры	«Птички в гнздышке»	«Принеси игрушку»	«Флажок»	« Кролики»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Вышли уточки»	Дыхательное упражнение «Подуем на ладошки».	ПГ «Пальчики играют»	«Колпачок»
Апрель				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Учить ходить приставным шагом, ловить мяч брошенный педагогом, ползанию по гимн.скамейке на животе подтягиваясь руками, энергичному отталкиванию в прыжках «через ручеек». Упражнять в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в познании в туннель. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимн.скамейке, ловкость в ловле мяча брошенного воспитателем. Повышать двигательную активность детей. Продолжать учить эмоционально передавать игровые образы, выполнять движения в соответствии с текстом.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать по гимн. скамейке подтягиваясь руками, ходить приставным шагом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. Умеет передавать в движении игровые образы.

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; на сигнал присесть, приставными шагами. Бег друг за другом подорожке, «на поезде», «самолеты», «птички».			
Общеразвивающие упражнения	Без предмета	Без предмета	С кубиками	С кубиками
2-я часть Основные движения	1. Ходьба по обручу, веревке боком приставным шагом 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Влезание на гимн. стенке до 2-3 рейки «До ленточки» 4. Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ноги врозь	1. Ловля мяча брошенного педагогом 2. Дорожка препятствий Ходьба по веревке боком, приставными шагами. Прыжки из обруча в обруч Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее Проползание в туннель	1. Дорожка препятствий Ползание по гимн. скамейке на животе подтягиваясь руками. Ходьба по веревке боком, приставными шагами Проползание в туннель Прыжки через 3-4 косички поочередно. 2. Ловля мяча брошенного педагогом	1. Прыжок через две линии «Через ручеек». 2. Дорожка препятствий • Ползание по гимн. скамейке подтягиваясь руками • Ходьба по веревке боком, приставными шагами Прыжки через 3-4 косички поочередно. 3. Бросание мяча в парах и попытка поймать его <i>Спортивный досуг</i> <i>«Ловкие обезьянки»</i> <i>«Трамвай»</i>
Подвижные игры	«Катаем мячи»	«Лисички и белочки»	«Большие ноги»	
3-я часть Малоподвижные игры	СД «На лугу»	«Пузырь»	ПГ «Фонарики, Солнышко»	«Ровным кругом»
Май				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Ознакомить с броском м. мяча вдаль, ползанием по наклонной доске на четвереньках.. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках «через ручеек»; в бросании мяча друг другу; в познании по гимнастической скамейке подтягиваясь руками. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимн. скамейке, координацию при броске мяча вдаль.				

Повышать двигательную активность детей. Привлекать детей к помощи при уборке инвентаря. Продолжать развивать ручную умелость во время пальчиковой гимнастики.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, может ползать по гимн. скамейке подтягиваясь руками, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, старается поймать мяч брошенный другим ребенком; бросает вдаль правой и левой рукой; проявляет интерес к занятиям физкультурой, помогает при уборке оборудования и инвентаря. Проявляет интерес к двигательной активности на занятиях и в группе.				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: друг за другом. Ходьба на носках, высоко поднимая колени; смена направления по сигналу. Бег друг за другом по дорожке, «скачут лошадки», «летят самолеты», «летают птички».			
Общеразвивающие упражнения	С игрушкой	С игрушкой	С колечком	С колечком
2-я часть Основные движения	<i>Диагностика</i>	1. <u>Дорожка препятствий</u> Передвижение по скамейке, сидя верхом Ходьба по веревке боком, приставными шагами. Прыжки по дорожке на 2-х ногах Ползание по гимн. скамейке на животе подтягиваясь руками Проползание в туннель 2. Бросание мяча в парах и попытка поймать его	1. Бросание м. мяча вдаль правой и левой рукой к ориентиру 2. Передвижение по скамейке, сидя верхом. 3. Прыжок через две линии «Через ручеек». 4. Прокатыва ть мяч по скамейке	1. Ползание по наклонной доске. 2. Бросание м. мяча вдаль правой и левой рукой через шнур 3. Передвижение по скамейке, сидя верхом. 3. Прыжок через две линии «Через ручеек». <i>Спортивный досуг «Мы растем здоровыми»</i>
Подвижные игры	«Воробушки и автомобиль»	«Солнышко и дождик»	«Целься точнее»	«Зайка беленький сидит»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «На лугу растут цветы»	«Найди флажок»	ПГ «Ежик»	«Пузырь»

МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;

сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом;

энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;

может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

Сентябрь				
Задачи				
Ознакомить с ходьбой и бегом стайкой в заданном направлении; ходьбой и бегом в рассыпную; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; с прокатыванием мяча друг другу; ползанием на четвереньках. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Познакомить детей с правилами поведения в спортивно-музыкальном зале.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «бег», «лови», «стой» (<i>физическая культура</i>); проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками (<i>социализация, коммуникация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: стайкой, в рассыпную. Ходьба: стайкой в прямом направлении, всей группой. Бег: За воспитателем «бегите ко мне», в колонне по одному небольшими группами «Поезд».			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	С погремушками	С погремушками
2-я часть Основные движения	1. Ходьба и бег между 2-мя параллельными линиями. 2. Прокатывание мяча двумя руками вдаль 3. Прыжки на 2-х ногах на месте.	1. Прыжки на 2-х ногах на месте. 2. Ходьба по извилистой дорожке между предметами. 3. Ползание на четвереньках по прямой.	1. Прокатывание мяча друг другу 2-я руками. 2. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя. 3. Ползание на четвереньках по прямой.	<u>Диагностика</u> Спортивно-музыкальный досуг «ПДД» «Найди свой домик»
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони собачку»	«Птички, летите ко мне»	
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба стайкой за воспитателем.	Ходьба за отличившимся ребенком.	«Надуй шар» (дыхательные упражнения.)	Ходьба с дыхательными упражнениями

Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	С погремушками	С погремушками
2-я часть Основные движения	4. Ходьба и бег между 2-мя параллельными линиями. 5. Прокатывание мяча двумя руками вдаль 6. Прыжки на 2-х ногах на месте.	4. Прыжки на 2-х ногах на месте. 5. Ходьба по извилистой дорожке между предметами. 6. Ползание на четвереньках по прямой.	4. Прокатывание мяча друг другу 2-я руками. 5. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя. 6. Ползание на четвереньках по прямой.	Диагностика Спортивно-музыкальный досуг «ПДД» «Найди свой домик»
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони собачку»	«Птички, летите ко мне»	
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба стайкой за воспитателем.	Ходьба за отличившимся ребенком.	«Надуй шар» (дыхательные упражнения.)	Ходьба с дыхательными упражнениями
Октябрь				
Задачи				
Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе через предметы; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергичному отталкиванию мяча при катании его друг другу, между предметами, закреплять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Побуждать детей помогать при уборке инвентаря, бережно относиться к вещам.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду (<i>социализация, коммуникация.</i>)				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну по одному по ориентиру. Ходьба и бег в колонне по одному по зрительным ориентирам, составкой и выполнением заданий (лягушки, цапля, заяц) по сигналу; в колонне по одному «Поезд». Ходьба на носочках.			
Общеразвивающие упражнения	С мячами	С мячами	С кубиками	С кубиками

2-я часть Основные движения	1 Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед (1.5 м). 2. Прокатывани е мяча другдругу (увеличить расстояние). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 10см)	1. Прыжки на 2-х ногахвокруг обруча. 2. Ползание на четвереньках - прямо за катящимся предметом; - «змейко й» между предметам и. 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 15см)	1. Ползание под шнур(h=50) на четвереньках за катящимся предметом. 2. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 15см) 3. Прокатывание мяча 2-я руками между предметами	1. Ползание за катящимся предметом. 2. Прыжки на 2-х ногах между предметами. 3 Прокатывание мяча 2-яруками между предметами Спортивный досуг «Зайки - попрыгайки»
Подвижные игры	«Собери листочки»	«Солнышко и дождик»	«Бегите к флажку»	«По ровненькой дорожке»
3-я часть Малоподви жныеигры	«Угадай, кто кричит?»	«По ровненькой дорожке»	«Угадай, чей голосок?».	Ходьба по массирующим коврикам
Ноябрь				
Задачи				
Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; ознакомить детей с ходьбой парами, с высоким подниманием колен, с прыжками вверх на месте, упражнять в прокатывании мяча, в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>), имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков (<i>здоровье, коммуникация, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: колонну по одному, парами. Ходьба в колонне по одному на сигнал выполнить задание (бабочки, лягушки, зайки); в чередовании бег и ходьба парами, в рассыпную.			
Общеразвива ющие упражнения	Комплекс № 2	Комплекс № 2	Комплекс № 3	Комплекс № 3

2-я часть Основные движения	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2 Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Прокатывание мяча в прямом направлении между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Ползание по доске на средних четвереньках	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Ползание по доске на средних четвереньках 3. Прокатывание мяча поддугу с целью сбить кеглю.	1. Ползание по доске на средних четвереньках 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Прокатывание мяча поддугу с целью сбить кеглю. Спортивно-музыкальный досуг к дню России «Гуси-лебеди»
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Найди свою пару»	«У медведя во бору»	«Найди свой домик»
3-я часть Малоподвижные игры	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.	«Тишина»	Ходьба с дыхательными упражнениями.
Декабрь				
Задачи				
Учить ходить в колонне между предметами, не задевая их, по кругу взявшись за руки, парами. Ознакомить с прыжками через линию, шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании и броске мяча в заданном направлении; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Развивать глазомер и ловкость; способствовать развитию внимания в упражнениях с действием по сигналу. Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать и бросать мяч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>), проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, (<i>коммуникация, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну, шеренгу с равнением на зрительный ориентир. Ходьба и бег «змейкой», по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу; ходьба и бег в чередовании.			
Общеразвивающие упражнения	С султанчиками	С султанчиками	Комплекс № 4	Комплекс № 4

2-я часть Основные движения	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Катание мячей в прямом направлении (сбей кеглю).	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Подлезание под воротики, не касаясь руками пола.	1. Подлезание под шнур (В=50см); воротики не касаясь руками пола. 2. Ходьба по скамейке, рукина поясе. 3. Бросание мяча вперед двумя руками снизу	1. Спрыгивание со скамейки. 2. Подлезание под несколько подряд расположенных воротиков, не касаясь руками пола. 3. Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Мы – веселые ребята»	Спортивный досуг «Ловкие ребята» «Воробышки и кот»
3-я часть Малоподвижные игры	«Лошадки»	«Ровным кругом».	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
Январь				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в подлезании под шнур, в обруч; в упражнениях на внимание по сигналу; развивать глазомер и ловкость при ловле мяча; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить выполнять правила в подвижных играх. Способствовать развитию физических качеств и двигательных навыков детей. Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях с взрослыми и другими детьми.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости и прыгивании со скамейки, владеет соответствующими возрасту основными движениями (<i>физическая культура</i>), стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой (<i>труд, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение в колонне, перестроение в 2 колонны (с помощью) ходьбы парами, в рассыпную, построение в круг; ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
Общеразвивающие упражнения		С игрушками	С флажками	С флажками

2-я часть Основные движения	Новогодние каникулы	1. Спрыгивание со скамейки (в= 15см), движение рук свободно. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой 3. Подлезание под шнур (в=40 см).	<i>Неделя спорта</i> 1. «Мой веселый мяч» 2. «Ловкие ребята» 3. «Мы – спортсмены»	1. Проползание в обруч стоящий вертикально. 2. Ходьба по скамейке приставляя пятку к носку (со страховкой). 3. Ловля мяча брошенного воспитателем (70-90см.).
Подвижные игры		«Трамвай»	«Найди свой цвет»	«Кот и мыши»
3-я часть Малоподвижные игры		«Угадай, кто кричит?»	Ходьба парами	Ходьба по сигналу, выполняя движение.
Февраль				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Развивать навыки ходьбы и бега в рассыпную. Упражнять в ходьбе по веревке; учить перебрасывать мячи через шнур; упражнять в ползании на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки перелезания через скамейку, закреплять прыжки с продвижением вперед. Познакомить детей с профессией – военный.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при ходьбе по шнуру, может ползать на четвереньках произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу, имеет представление о военных, посильно помогает при уборке инвентаря (<i>социализация, коммуникация, познание, труд</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два. Ходьба в колонне по одному, по два по кругу, змейкой; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег в рассыпную; ходьба и бег по кругу, на носках, с высоким подниманием колен.			
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С обручем	С мячом	С мячом

2-я часть Основные движения	1. Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5м). 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Проползание в обруч стоящий вертикально. 4. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно через каждый)	1. Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5м). 2. Ходьба по веревке, шнуру по прямой. 3. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно через каждую)	1 Ходьба по веревке, шнуру по кругу. 2. Перелезание через скамейку у боком 3. Прыжки через 6 шнуров (поочередно через каждую) <i>Спортивно-музыкальный досуг «Мы - защитники»</i>	1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. 3. Перелезание боком через 2 скамейки поочередно 4. Ходьба по веревке, шнуру «змейкой».
Подвижные игры	«Птички в гнздышке»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Найди свой цвет»	«Кролики»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в колонне по одному с сменной ведущего
Март				
Задачи				
Упражнять в ходьбе мелким и широким шагом, беге в рассыпную, развивать ловкость при перебрасывании мяча, ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его 2-мя руками; упражнять в ползании по наклонной доске; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по кирпичикам. Закреплять прыжок через «ручеек» толчком 2-х ног. Рассказать о правилах безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может перебрасывать мяч через шнур, ходить по кирпичикам (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения, соблюдает правила безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры (<i>социализация, здоровье, коммуникация, безопасность</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два в движении, из колонны в шеренгу. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег в рассыпную; бег по кругу взявшись за руки, на носках, свысоким подниманием колен.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 6	Комплекс № 6

2-я часть Основные движения	1. Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 25 см. 2. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. 3. Перебрасывание мяча двумя руками через шнур. 4. Перелезание боком через 2 скамейки поочередно	1. Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 30 см. 2. Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друг 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками	1. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимнастической лестницы с переходом на нее. 2 Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друг. 3. Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 30 см.	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками 2. Ходьба по кирпичикам расположенным на раст. 20см друг от друг 3. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимнастической лестницы с переходом на нее. Спортивный досуг «Прогулка в лес» «Лягушки»
Подвижные игры	«Поезд»	«Воробышки и кот»	«Светит солнышко в окошко»	
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с движением рук	«Найди куклу»	Воздушный шар (дыхание)	«Возьми флажок»

Апрель

Задачи

Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, влезать на скамейку, на наклонную лестницу. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках через предметы; бросании мяча о пол; ходьбе и беге в рассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске. Формировать правильную осанку. Учить ходить приставными шагами вперед. Упражнять в различных действиях с мячом.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное педагогом направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями (*физическая культура*), готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к педагогу по имени и отчеству (*коммуникация, познание, социализация*).

1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть
Вводная
Построение: из колонны по одному в колонну по три с места. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; на носках, с высоким подниманием колен; бег с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием бедра.

Общеразвивающие упражнения	С ленточками	С ленточками	С малым мячом	С малым мячом
2-я часть Основные движения	1. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см). 2. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимна.лестницы с переходом на нее. 3. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками.	1. Влезание на гимна.скам.,руки на пояс. 2. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см).	1. Влезание на наклонную лесенку (со страховкой) 2. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см). 3. Влезание на гимна. скам., руки в стороны. 4. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумяруками	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Влезание на гимна. скам., поворот вокруг себя переступанием. 3. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками <i>Спортивный досуг «Мой веселый звонкий мяч»</i>
Подвижные игры	«Курочка-хохлатка»	«Найди свой цвет»	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и автомобиль»
3-я часть Малоподвижные игры	«Где цыпленок?»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному
Май				
Задачи				
Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его, правильному хвату заперекладину при лазании. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; метании мяча на дальность; в ходьбе и беге враспынную и нахождении своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, влезать на гимнастическую стенку, бросать мяч двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим (<i>социализация, коммуникация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: размыкание и смыкание, повороты переступанием. Ходьба в колонне по одному с нахождением своего места; с выполнением заданий; приставным шагом; бег колонне чередуется с бегом враспынную, бег, убегающего.			

Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5
2-я часть Основные движения	Диагностика	1. Прыжки в длину с места (раст. – 15 см). 2. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его. 3. Влезание на гимн. стенку испуск с нее <i>Спортивно-музыкальный досуг «День Победы»</i>	1. Прыжки в длину с места (раст. – 25 см). 2. Метание на дальность правой и левой рукой. 3. Влезание на гимн. стенку испуск с нее	1. Влезание на гимн. стенку и спуск с нее 2. Прыжки в длину с места (раст. – 40 см). Метание на дальность правой и левой рукой.
Подвижные игры	«Удочка»	«Огуречик, огуречик»»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»
3-я часть Малоподвижные игры	«Найди цыпленка»	«Угадай, кто позвал?»	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»

СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 лет)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений;
лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой;
ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони;
на животе, подтягиваясь руками;
принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться,
прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см;
ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой;
отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд;
выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону;
придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движения

**РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)**

Сентябрь
Задачи

Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по извилистой дорожке. Ознакомить с прокатыванием обручей по прямой. Упражнять в ползании по прямой, в прокатывании обручей друг другу, в энергичном отталкивании в прыжках на 2-х ногах. Закрепить умение прокатывать мяч в прямом направлении. Повышать двигательную активность детей. Напомнить о правилах поведения и технике безопасности в зале. Побуждать детей к совместным играм со сверстниками и педагогом. Провести диагностику (мониторинг) физического развития детей.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве сохраняет равновесие при ходьбе и беге по прямой, извилистой дорожке, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, прыгать на 2-х ногах (*физическая культура*), проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, понимает о необходимости соблюдения правил безопасности в зале, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре (*физическая культура, коммуникация, безопасность*).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4- 6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	---	---------------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть
Вводная
Построение: в колонну по одному по ориентиру. Ходьба: на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. Бег: на месте с переходом в движение и наоборот по сигналу, с изменением темпа, со сменой направления по сигналу.

Общеразвивающие упражнения	Комплекс с осенними листочками	Комплекс с осенними листочками	С хлопками
2-я часть Основные движения	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (15см.) 2. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног. 3. Прокатывание мячей друг другу между предметами	1. Ползание на четвереньках по прямой. 2. Ходьба по извилистой дорожке перешагивая через 6-7 кубов, руки за спиной 3. 20 прыжков со сменой положения ног, в чередовании с ходьбой 2-3 раза подряд.	1. Прокатывание обручей друг другу по прямой. 2. Ползание на средних четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч (диаметром -12-15 см). 3. Ходьба по извилистой дорожке перешагивая через 6-7 кубов, руки за спиной.

Подвижные игры	«Найди свою пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»
3-я часть Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба руки за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»
Октябрь				
Задачи				
<p>Ознакомить с прыжками на одной ноге, ползанием по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками. Упражнять в прокатывании обручей, Следить за осанкой во время ходьбы по шнуру, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергичному отталкиванию мяча при катании его друг другу, правильному хвату с боков во время ползания по скамейке. Формировать умение выразительно и пластично выполнять движения в танце «Танец утят», соблюдать правила в подвижных играх. Развивать ручную умелость в пальчиковой гимнастике.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
<p>Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное педагогом направление, ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами, прокатывают обруч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>), проявляет положительные эмоции при физической активности; формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, проведении подвижной игры, стараются танцевать выразительно и пластично (<i>физическая культура, коммуникация, социализация, безопасность, музыка</i>).</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну по одному, по два с места за направляющим по ориентирам. Ходьба со сменой направления по зрительному сигналу, приставным шагом. Бег в колонне чередуется с бегом в рассыпную, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	С обручами	С обручами
2-я часть Основные движения	<p>1. Прыжки на одной ноге (поочередно на левой и на правой), с поворотом кругом на двух ногах.</p> <p>2. Прокатывание обручей друг другу между предметами (40-50 см)</p> <p>3. Ползание на средних четвереньках</p>	<p>1. Ходьба по шнуру, по прямой и по кругу, руки за спиной (10-12 метров)</p> <p>2. Прыжки на одной ноге поочередно и ноги вместе, ноги врозь с продвижением вперед.</p> <p>3. Прокатывание обруча друг другу между предметами</p>	<p>1. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками</p> <p>2. Ходьба по шнуру, по прямой, «змейкой» и по кругу, руки за головой.</p> <p>3. Прыжки на одной ноге поочередно и ноги вместе, ноги врозь с продвижением</p>	<p><u>Работа по подгруппам</u></p> <p>1. Ходьба по шнуру «змейкой», руки в стороны.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>3. Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой</p> <p style="text-align: right;">Спортивный досуг</p>

	между предмета ми.	ми	вперёд.	<i>«Веселые обезьянки»</i>
--	--------------------------	----	---------	---------------------------------------

Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»	«Карусель»
3-я часть Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Пальчик-мальчик»	«Танец утят»	«Угадай, чей голосок?».	«Пузырь»
Ноябрь				
Задачи				
Учить сохранению равновесия в ходьбе с мешочком на голове и по доске, энергичному отталкиванию и мягкому приземлению в прыжках через шнур, подбрасывать и ловить мяч двумя руками. Упражнять в ползании по гимн. скамейке на животе, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании вдруг другу. Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, координацию при подлезании под веревку, воротики боком, быстроту и ловкость в подвижных играх и игровых заданиях.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях (<i>физическая культура, безопасность</i>), имеет представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, проявляет доброжелательное отношение к окружающим (<i>здоровье, коммуникация, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну по одному, по два, по три с места за направляющим по ориентирам. Ходьба: пригнувшись, присесть (лечь) по сигналу, со сменой ведущего. Бег: в чередовании с х. в рассыпную, пригнувшись, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 2	Комплекс № 2	Комплекс № 3	Комплекс № 3
2-я часть Основные движения	1. Прыжки на двух ногах через шнур. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 3. Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой стоя на коленях	1. Ходьба по прямой, по дорожке с мешочком на голове, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах поочередно через 3-4 линии 3. Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой между предметами сидя по-турецки.	<i>Работа по подгруппам</i> 1. Подлезание под веревку правым, левым боком. 2. Ходьба по доске с мешочком на голове, руки к плечам. 3. Прыжки на двух ногах поочередно через 5-6 линий (расстояние между ними 40-50 см)	1. Ходьба по доске перешагивая через предметы руки в стороны. 2. Подлезание под воротики правым, левым боком 3. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя рук Спортивно-музыкальный досуг к дню России «Гуси-лебеди»

Подвижные игры	«Самолёты»	«Быстрее к своему флажку»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»
3-я часть Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Нитка-иголка»	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	Пальчиковая гимнастика «Моя семья»
Декабрь				
Задачи				
Учить энергичному отталкиванию и мягкому приземлению в прыжках вверх, перелезанию через гимн. скамейку боком. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в подбрасывании и ловле мяча; в перелезании через скамейку. Развивать глазомер и ловкость; способствовать развитию внимания при перестроениях. Согласовывать движения с текстом, выразительно передавать образы в танце. Побуждать оказывать помощь при уборке инвентаря.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
Умеет перестраиваться в две, три колонны, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч вверх, о землю и ловля его двумя руками, пролезать в обруч, прыгать вверх с касанием предмета (<i>физическая культура</i>), соблюдает технику безопасности при беге, подбрасывании мяча, ходьбе по гимн. скамейке, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в совместной игре, в танцах согласует движения в музыкой, помогают при уборке инвентаря (<i>коммуникация, социализация, музыка, труд</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три в движении за направляющим по ориентирам. Ходьба: сзаданием для рук, парами, в чередовании с бегом и прыжками на месте, с ходьбой врассыпную. Бег: в парах в чередовании с б. врассыпную, х. и прыжками на месте, в движении.			
Общеразвивающие упражнения	С большими обручами	С большими обручами	С мячами	С мячами
2-я часть Основные движения	1. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет (одной, двумя руками) 2. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками. 3. Пролезание в обруч	<u>Работа по подгруппам:</u> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс. 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет (одной, двумя руками). 3. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.	1. Перелезание гимн. скамейки боком 2. Ходьба по скамейке, руки на пояс, перешагивая кубики. 3. Прыжки вверх с целью достать предмет (на месте, сразбега).	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Перелезание гимн. скамейки боком – подлезание под воротики – перелезание скамейки боком 3. Ходьба по скамейке, руки на пояс, перешагивая кубики.

				Спортивный досуг «Ловкие жонглеры»
Подвижные игры	«Трамвай»	«Мы - весёлые ребята»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»
3-я часть Малоподвижные игры	Танец «Веселые путешественники»	«Ровным кругом».	Ходьба в колонне по одному	Пальчиковая гимнастика «Считаем пальчики»
Январь				
Задачи				
Упражнять в размыкании и смыкании, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги; развивать глазомер в перебрасывании мячей в паре; учить сохранять равновесие в ходьбе с кочки на кочку, по наклонной доске, выполнять правила в подвижных играх. Повышать двигательную активность в эстафетах, игровых заданиях, пропагандировать пользу занятий спортом, необходимость укреплять здоровье.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
Владеет умением передвигаться между предметами, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, знает понятие «дистанция»; владеет соответствующими возрасту основными движениями, старается приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании (<i>физическая культура</i>), выполняет танцевальные движения учитывая характер музыки, самостоятельно выполняет поручения, преодолевает небольшие трудности, проявляет инициативу и творчество в играх, проявляет активность при выполнении упражнений и заданий, понимает, что необходимо укреплять здоровье (<i>музыка, труд, физическая культура, здоровье</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Размыкание на вытянутые руки вперед, в стороны и смыкание приставными шагами. Ходьба: с перешагиванием с кочки на кочку, остановиться по сигналу. Бег: с перепрыгиванием препятствий, змейкой между кеглями.			
Общеразвивающие упражнения		С игрушками	Комплекс № 4	Комплекс № 4
2-я часть Основные движения	Зимние каникулы	1. Спрыгивание со скамейки на мат на полусогнутые ноги 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу 3. Перелезание гимн. скамейки боком – прыжки на 2-х ногах – перелезание скамейки боком.	<u>Неделя спорта</u> 1. «Ловкие ребята» 2. «Мой мячик озорной» 3. «Мы – спортсмены»	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги на мат в обруч. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.

Подвижные игры		«Карусели»	«Цветные автомобили»	«Котятa и щенятa»
3-я часть Малоподвижные игры		Слово и движение «За дровами мы идем»	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	Слово и движение «На дворе у нас мороз»
Февраль				
Задачи				
<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, в перепрыгивании через предметы. Учить выполнять правильный хват рейки при лазании по гимн. стенке произвольно, отбивать мяч о пол правой и левой рукой; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; следить за осанкой в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки спрыгивания со скамейки на полусогнутые ноги. Знакомить детей с военными профессиями, воспитывать уважение к военным, которые защищают нашу Родину.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
<p>Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может отбивать мяч о пол (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, соблюдает элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу (<i>социализация, коммуникация</i>).</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	<p>Построение: из колонны по одному в шеренгу, повороты кругом переступанием, прыжком на месте. Ходьба: с закрытыми глазами, с высоким подниманием колен; с мячом: на носках, на пятках со сменой положения рук. Бег: в колонну, с высоким подниманием колен на месте по сигналу, с остановкой и выполнением задания по сигналу.</p>			
Общеразвивающие упражнения	В парах	В парах	Комплекс № 5	Комплекс № 5
2-я часть Основные движения	<p><i>Работа по подгруппам</i></p> <p>1. Лазание по гимн. стенке произвольно</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз с высоким подниманием колен – ходьба по гимн. скамейке - спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (20 см).</p>	<p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз с высоким подниманием колен.</p> <p>3. Лазание по гимн. стенке произвольно</p>	<p>1. Прыжки на 2-х ногах через 2 предмета поочередно – бег до кегли.</p> <p>2. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>3. Лазание по гимн. стенке произвольно</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кирпичики.</p> <p>2. Прыжки на 2-х ногах через 3 предмета поочередно – пролезание в воротики – бег на место в колонне</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками.</p> <p style="text-align: right;">Спортивно-музыкальный</p>

				досуг «Мы - за»
	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в»
ры	Пальчиковая гимнастика «По реке плывет кораблик»	Слово и движение «Мы на лыжах в лес пойдём»	«Ножки мёрзнут». Ходьба приставными шагами вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и пр»
Март				

и беге с выполнением заданий по сигналу. Учить правилам безопасности при метании мешочков в цель, сочетая прыжки в длину с места. Закреплять навыки ходьбы переменным шагом (через предметы). Развивать глазомер и ловкость. Способствовать развитию двигательных качеств детей. Продолжать прививать интерес к занятиям физкультурой.

Цели развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Знать правила безопасности при метании в цель, выполнении прыжков в длину с места; умеет сохранять равновесие при ходьбе и шагивании через предметы, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может ползать по наклонной доске с места; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать правила поведения в играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу (*социализация, коммуникация*).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	---------------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------

Содержание занятий

	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три в движении. Ходьба: с остановками по зрительному, звуковому сигналу; с гимнастической палкой: на носках, на пятках, с дополнительным заданием для каждой ноги. Ходьба по колонне: непрерывный «змейкой», в чередовании с ходьбой.			
Упражнения	С гимнастической палкой	С гимнастической палкой	С малым мячом	С малым мячом
	<p><i>Работа по подгруппам</i></p> <p>1. Ползание по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку</p> <p>2. Ходьба с перешагиванием через кирпичики</p> <p>3. Прыжки на 2-х ногах через 3 предмета поочередно</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой руками (раст.-2м, 5-браз).</p> <p>2. Ползание по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием</p>	<p>1. Прыжки в длину с места (фронтально)</p> <p>2. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой руками (раст.-2м, 5-браз).</p> <p>3. Ползание по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической дорожке от плечей к плечам</p> <p>2. Прыжки в длину с места (фронтально)</p> <p>3. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой руками (раст.-2м, 5-браз).</p>

	– пролезание в воротики	через мячи	стенку.	<i>Спортив ый досуг «Лихие моряки»</i>
Подвижные игры	«Совуш ка»	«Лягушки и цапля»	«Птички и кошки»	«Бездомный заяц»
3-я часть Малоподви жные игры	Слово и движение «Рябинка», «Шли утята»	«Стоп»	«Угадай по голосу»	Пальчиковая гимнастика «Кораблик»

Апрель

Задачи

Ознакомить с прыжками через короткую скакалку, с перелезанием с одного пролета гимн. стенки на другой. Учить принимать правильное исходное положение и делать замах при метании на дальность. Следить за правильной осанкой при ходьбе по гимн. скамейке.

Развивать

ритмичность и ловкость в прыжках на скакалке, координацию при ходьбе по гимн. скамейке.

Побуждать соблюдать правила в играх. Поощрять инициативу в оказании помощи товарищам.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; принимает правильное и.п. и замах при метании предметов на дальность; энергично отталкивается в прыжках в длину (*безопасность, физическая культура*); готов соблюдать правил совместных играх, старается договариваться об условиях игры, объяснить правила игры, проявляет инициативу в оказании помощи товарищам (*социализация, коммуникация*).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по три. Ходьба: в колонне по одному змейкой с выполнением заданий по сигналу; мелким и широким шагом. Бег: в колонне в чередовании с б. в рассыпную; с остановкой на сигнал, широким шагом, взявшись за руки.			
Общеразвива ющие упражнения	Комплек с № 6	Комплекс № 6	Комплекс № 7	Комплекс № 7
2-я часть Основные движения	<i>Работа по подгруппам</i> 1. Лазание по гимн. стенке с перелезанием с одного пролета на другой приставными шагами – пролезание в воротики не касаясь пола руками.	1. Метание предметов на дальность (3,5 – 6,5м) 2. Лазание по гимн. стенке с перелезанием с одного пролета на другой приставными шагами 3. Ходьба по гимнастической	1. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте 2. Метание предметов на дальность (3,5 – 6,5м) 3. <i>Полоса препятствий:</i> Ползание по наклонной	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть. 2. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте 3. Метание предметов на

	2. Ходьба по гимнастической скамейке ставя ногу с носка, руки на пояс. 3. Прыжки в длину с места (фронтально) «Кто дальше»	скамейке с мячом в прямых руках над головой, на середине поворот.	доске с переходом на гимн.стенку - Лазание по гимн. стенке с перелезанием с одного пролета на другой - Ходьба с перешагиванием через мячи	дальность (3,5 – 6,5м) Спортивный досуг «Юные туристы»
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«День и ночь»	«Лягушки»	«Мышеловка»
3-я часть Малоподвижные игры	Слово и движение «Мы летим над облаками»	«Стоп»	«Угадай по голосу»	Танцевальные движения «Весёлые лягушата».
Май				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, в ходьбе по гимн. скамейке; учить лазать по наклонной лестнице. Закреплять навык спрыгивания на полусогнутые ноги. Обогащать двигательный опыт детей в играх и эстафетах, способствовать развитию координации движений в прыжках на скакалке, ловкости – в лазании по наклонной лестнице. Провести диагностику (мониторинг) физического развития детей. Побуждать детей выполнять задания правильно и быстро. Рассказать детям о праздновании «Дня Победы», о воинах которые победили врагов.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по гимн. скамейке, может лазать по наклонной лестнице выполняя правильный хват за перекладину, согласовывает движения рук и ног в прыжках на скакалке (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, знает о технике безопасности при метании, проявляет старательность при выполнении диагностических заданий, проявляет интерес к рассказам о праздновании «Дня Победы» (<i>безопасность, социализация, коммуникации, познание</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: нахождение своего места в колонне, из колонны по одному в колонну по три. Ходьба: с переменной направлением и остановкой на зрительный ориентир, в чередовании с ползанием на средних четвереньках, в колонне парами в чередовании с х. враспынную, спиной вперед. Бег: в парах, челночный бег.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 8	Комплекс № 8	На гимнастической скамейке	На гимнастической скамейке

2-я часть Основные движения	<u>Диагностика</u>	1. Лазание по наклонной лестнице прикрепленной к гимн. стенке, переход на нее, перелезание с пролета на пролет приставными шагами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носочках, руки на пояс, на середине – присесть.	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (раст.-1,5 – 2 м) 2. Лазание по наклонной лестнице прикрепленной к гимн. стенке, переход на нее, перелезание с пролета на пролет приставными шагами 3. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (раст.-1,5 – 2 м) 2. Лазание по наклонной лестнице прикрепленной к гимн. стенке, переход на нее, перелезание с пролета на пролет приставными шагами 3. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте
Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Зайцы и волк»	«Кролики»	«У медведя во бору»
3-я часть Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»

СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 лет)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
 умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа,
 может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см)
 прыгать в обозначенное место с высоты 30 см,
 прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку,
 умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м,
 в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м,
 сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой,
 отбивать мяч о землю на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м),
 владеет школой мяча.
 выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие,

умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге,
выполнять повороты направо, налево, кругом.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

Сентябрь				
Задачи				
Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, мелким и широким шагом. Учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимн. скамейке. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола, в прыжках из обруча в обруч, «змейкой». Провести диагностику (мониторинг) физического развития детей. Воспитывать чувствововарищества, взаимовыручки в эстафетах. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции, с различным положением рук, сохраняют равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке на носках и перешагивая предметы; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, подбрасывают мяч вверх и ловят (<i>физическая культура</i>); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, ее успешных результатов, стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; знает об основах техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале (<i>физическая культура, социализация, коммуникация</i>)				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение в шеренгу, колонну. Перестроение в пары. Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок; бег с изменением темпа, с остановкой по сигналу; мелким и широким шагом, высоко поднимая колени, захлестывая голень, враспынную.			
Общеразвивающие упражнения	С мячом	С мячом	С гимнастическими палками	С гимнастическими палками
2-я часть Основные движения	1. Ходьба по гимн.скамейк еруки на пояс, с высоким подниманием колен. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Лазание по наклонной	1. Подбрасывание мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди 2..Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая кирпичики, руки на пояс.	1.Ползание на четвереньках змейкой между предметами (кубики, кегли) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. 3. Ходьба по гимнастической	<i>Диагностика</i> <i>Спортивный досуг «Ловкие ребята»</i>

	лесенке с переходом на вертикальную лесенку на высоких четвереньках	3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями – змейкой	скамейке на носках, в руках вверху палка 4. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги	«Пингвины» (две команды)
Подвижные игры	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«День, ночь»	«С кочки на кочку»	
3-я часть Малоподвижные игры	Слово и движение «Дуб зеленый»	«Вершки и корешки» Пальч. гимн «Покажите пальцем»	«Найди свое место» Слово и движение «Дети утром в лес пошли»	«Тишина»
Октябрь				
Задачи				
<p>Учить: бегу со сменой ведущего, длинной и короткой змейкой, выполнять прыжки через предметы, отбиванию мяча на месте одной рукой. Упражнять в ходьбе в глубоком приседе, выпадами, спиной вперед, приставным шагом; в беге выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу, «змейкой», широким шагом. Упражнять: в подбрасывании мяча; ползании на четвереньках между предметами. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; координацию движений в прыжках через препятствие. Развивать ручную умелость в пальчиковой гимнастике, умение согласовывать движения со словами. Способствовать развитию физических качеств в играх и эстафетах. Продолжать прививать интерес к физической культуре и спорту.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», широким шагом, высоко поднимая колени, с поворотом на сигнал; ходят по верёвке прямо, приставным шагом, боком; выпрыгивают через препятствия на одной, 2-х ногах, боком; отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (<i>физическая культура</i>); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, анализируют их; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; (<i>музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация</i>)</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				

<p>1-я часть Вводная</p>	<p>Построение в 2 колонны; в 2 круга, повороты прыжком направо, налево, расчет на 1-й, 2-й. Ходьба в колонне по одному в глубоком приседе, с поворотами туловища, на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед. Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево. Бег со сменой ведущего, выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу, «змейкой», широким шагом, длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по звуковому сигналу, в медленном темпе – 1,5-2 минуты.</p>
-------------------------------------	--

Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	В парах	В парах
2-я часть Основные движения	1. Прыжки через предметы высотой 15-20 см по прямой на двух ногах 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его, после хлопка. 3. Полоса препятствий: Ползание на четвереньках между предметами. Прыжки из обруча в обруч. Ходьба по гимнастической скамейке руки на пояс, с высоким подниманием колен	1. Ходьба по верёвке - диаметр=1,5-2 см, руки в стороны. 2. Прыжки через препятствия правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперёд. 3. Ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом.	1. Отбивание мяча одной рукой на месте. 2. Ходьба по верёвке, выложенной змейкой, с мешочком на голове) Прыжки попеременно на 2-х ногах через шнур. 3. Прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь вперёд.	<u>Круговая тренировка:</u> 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки на пояс. 2. Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч 3. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. <u>Игровые упражнения:</u> 1. «Пронеси, не урони» 2. «Кто самый меткий?». 3. «Прыжковая эстафета» (прыжки через шнур, вокруг кегли). 4. «Мяч водящему»
Подвижные игры	«Не оставайся на земле»	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	Спортивный праздник
3-я часть Малоподвижные игры	«Вершки и корешки» СД «Осенние листочки»	«Найди и промолчи» ПГ «Кораблик»	«У кого мяч» СД «Лягушонок»	«Улитка, иглолка и нитка»
Ноябрь				
Задачи				
Упражнять: в энергичном отталкивании и мягком приземлении в прыжках; в ведении мяча одной рукой по прямой; в ходьбе по веревке. Учитывать расхождение из колонны по одному в разные стороны, ходить противходом, лазать разноименным способом по гимнастической стенке, прыжкам на мат с гимнастической скамейки. Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по одному, парами, с заданиями. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, ловкость при лазании по гимнастической стенке. Расширять представления детей о Родине. Воспитывать чувство патриотизма, любви к русским традициям.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке разноимённым способом, перелезая на соседний пролёт стенки; по верёвке, перешагивая кирпичики; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; ведут мяч одной рукой, спрыгивают с высоты на полусогнутые ноги (*здоровье, физическая культура*); выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; участвуют в играх с элементами спорта; испытывают интерес к народным играм (*физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Перестроение в две, три колонны на месте. Повороты на месте, кругом, расхождение из колонны по одному в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, парами, в сочетании с х. согнувшись, обхватив голени руками, спиной вперед. Бег противходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу; высоко поднимая колени, по сигналу бег враспынную; семенящим шагом, обычный бег, чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге.			
Общеразвивающие упражнения	С обручами	С обручами	С лентами	С лентами
2-я часть Основные движения	<i>Работа по подгруппам:</i> 1. Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом. 2. Ведение мяча по прямой. 3. Ходьба по верёвке, перешагивая кирпичики, смешочком на голове.	<i>Работа по подгруппам:</i> 1. Прыжки на мат с высоты –20см, на обозначенное место (со скамейки) 2. Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом. 3. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперёд 2. Прыжки со скамейки намот и обратно на скамейку (со страховкой). 3. Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Удочка». 2. «Лягушки и цапля». 3. «Что изменилось?». 4. «Быстро передай» (в колонне). 5. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах). 6. «Сбей кеглю» (обручи). 7. «Летает - не летает».
Подвижные игры	«Бездомный заяц»	«Медведь и пчелы»	«Удочка»	Спортивно-музыкальный досуг «Мы живем в России»
3-я часть Малоподвижные игры	«Карлики и великаны» СД «Выросли деревья в поле»	«Угадай, кто ушел?» ПГ «Мой домик»	«Тише едешь, дальше будешь» Самомассаж «Дождь»	Ходьба с дыхательными упражнениями.
Декабрь				
Задачи				
Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в пары, две шеренги; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Ознакомить с ползанием по гимн. скамейке подтягиваясь руками, с правильным отталкиванием и приземлением в прыжках в длину с места. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади поры. Упражнять в подскоках; в спрыгивании на полусогнутые ноги со скамейки.				

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей в играх и эстафетах. Воспитывать чувство взаимовыручки. Продолжать приучать помогать готовить и убирать инвентарь на место, рассказывать о пользе регулярных занятий физкультурой.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Ходят по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, бросают мяч вверх и ловят двумя руками, перебрасывают мяч в парах, прыгают в длину с места, с зажатым между коленей мячом (*физическая культура*); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, отвечают на вопросы о необходимости сохранения здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни
(*познание, здоровье, коммуникация*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть
Вводная
Перестроение в пары, в две шеренги. Расчёт на первый, второй, третий; перестроение по расчёту. Ходьба по сигналу принять упор лёжа, с заданиями для рук, высоко поднимая колени, ходьба спиной вперёд, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом. Бег с преодолением препятствий, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу – бег врассыпную, медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу.

Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 2	Комплекс № 2	Комплекс № 3	Комплекс № 3
-----------------------------------	--------------	--------------	--------------	--------------

2-я часть Основные движения	<p>1. Перебрасывание мяча друг другу от груди и снизу после удара об пол.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке, выполняя приседания на каждый шаг (прямую ногу проносить слева, справа от скамейки) – обратно прыжки на 2-х ногах</p> <p>3. Прыжки со скамейки и обратно на скамейку с</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой – обратно прыжки с зажатым между коленей мячом.</p>	<p><i>Работа по подгруппам</i></p> <p>1. Прыжок в длину с места.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине – обратно ходьба с мешочком на голове.</p> <p>3. Перебрасывание мяча через веревку из-за головы, от груди сидя «постурецки»</p>	<p><i>Круговая тренировка:</i></p> <p>1. Лазание по гимн.стенке</p> <p>2. Подбрасывание и</p> <p>3. Ползание по гимн.скамейкена животе, подтягиваясь руками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1. «Попади в корзину».</p> <p>2. «Ловкая пара».</p> <p>3. «Уголки».</p> <p>4. «Пожарные на ученье».</p> <p>5. «Мяч капитану».</p> <p>Спортивный досуг «Зимушка-</p>
--------------------------------	--	---	--	---

	высоты 20см			зима»
Подвижные игры	«Ловишки с мячом»	«Ловишки парами»	«Два Мороза»	
3-я часть Малоподви жныеигры	«Сделай фигуру»	«Затейники» СД «Сильный ветер»	«Пройди бесшум но»ПГ «Кисел ек»	

Январь

Задачи

Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; сочетать замах с броском при метании мешочков вдаль. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях в подлезании и перешагивании; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Продолжать знакомить с новыми видами зимнего спорта и прививать любовь к спорту, воспитывать желание быть здоровым. Способствовать повышению двигательной активности детей. Побуждать проявлять элементы творчества при выполнении упражнений и в играх.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и враспынную; метают вдаль, ходят по наклонной доске; выполняют правильно все виды основных движений (*физическая культура*); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; знают о применении специальных физических упражнений для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (*здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному приставным шагом с притопом и прихлопом, с перекатом с пятки на носок, по сигналу – поворот прыжком, перестроение в колонну по два. Бег «змейкой» на носках, со сменой ведущего по сигналу; со сменой направления движения по музыкальному сигналу. Повороты налево, направо
-----------------------------	---

Общеразвивающие упражнения		Комплекс с мячами	Комплекс № 3	Комплекс № 3
2-я часть Основные движения	Зимние каникулы	<p>1. Полоса препятствий: Ходьба по наклонной доске с переходом на гимн. стенку и переход на соседний пролет - Подлезание под воротики - перешагивание через шнур (40 см) - прыжки на левой и правой ногах вперед. 2. Прыжок в длину с места,</p>	<p><u>Неделя спорта:</u> 1. «День клюшки и шайбы» 2. «День мяча» 3. «День зимних игр»</p>	<p>1. Метание «снежков» вдаль правой и левой рукой из-за головы 2. Ходьба по наклонной доске с переходом на гимн. стенку и переход на соседний пролет – прыжки на левой и правой ногах вперед. 3. Прыжок в длину с места,</p>

		перепрыгивая ров из гимнастическ их палок 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине – обратно ходьба с мешочком на голов		перепрыгивая «канавки» разной ширины (20, 30, 40см). 4. Ползание на четвереньках между предметами. «Снежный бой»
Подвижные игры		«Ловишки» (прыжки)		
3-я часть Малоподви жные игры		«Сыщики» (найди предмет)		Ходьба по сигналу, выполняя движение.
Февраль				
Задачи				
Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и метании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами. Разучить: построение по диагонали, пролезание в обруч, без его касания, правильное отталкивание и приземление в прыжках в длину с места. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель, координацию движений при ходьбе по гимн. скамейке боком. Расширять представление детей о Российской армии. Воспитывать чувства патриотизма, уважения к защитникам Отечества.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по два и по три, в две шеренги после расчета на первый-второй, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; прыгают в длину с места; пролезают в обруч, подлезают под дугу правым и левым боком (<i>физическая культура</i>); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения; проявляют интерес к новым знаниям о Российской армии (<i>социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация, познание</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть	Построение в шеренгу, перестроение в круг. Перестроение в шеренгу, в колонну по диагонали. Равнение в колонне,			

Вводная	шеренге, перестроение в звенья. Ходьба в колонне, в шеренге, по сигналу лечь на пол, широкой змейкой, выпадами, спиной вперед, на носках, пятках, высоко поднимая колени. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой между предметами змейкой, по сигналу остановиться и присесть, на носках, по сигналу врассыпную, в сочетании с построением по диагонали.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 3	Комплекс № 3	Комплекс № 4	Комплекс № 4
2-я часть Основные движения	<p>1. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча.</p> <p>Пролезание под дугу в группировке – ходьба по канату боком приставными шагами.</p> <p>2. Метание правой и левой рукой в горизонтальную цельс расстояния 3м.</p> <p>3. Ходьба по наклонной доске с переходом на гимн. стенку и переход на соседний пролет – прыжки на левой и правой ногах вперед</p>	<p><i>Работа по подгруппам</i></p> <p>1. Прыжок вверх с 3-4-х шагов, стараясь коснуться предмета.</p> <p>2. Пролезание в обруч (3 шт.) поочередно прямо и боком - Ползание по гимн. скам. на животе подтягиваясь руками.</p> <p>3. Метание малого мяча в вертикальную цельс расстояния 3 м</p> <p>4. Прыжки на двух ногах за мячом.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о пол и ловя его двумя руками - Ходьба на носках между кеглям.</p> <p>2. Прыжок - Перешагивание 3-4х - кубов, в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки</p> <p>3. Пролезание под дугу, шнур правым и левым боком.</p>	<p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1. «Пробеги - не задень».</p> <p>2. «Проведи мяч в ворота».</p> <p>3. «Доберись и подай сигнал».</p> <p>4. Прыжковая эстафета</p> <p>5. «Мяч от пола».</p> <p>6. «Через тоннель».</p> <p>Спортивно-музыкальный досуг «Защитник и Отечества»</p>
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Два мороза»	«Встречные перебежки»	
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо» СД «Вот под елочкой зеленой»	Упражнение на дыхание ПГ «Десять тонких пальцев»	«Что летает» Массаж спины «Дятел»	Ходьба в колонне по одному сменной ведущего
Март				
Задачи				
Закреплять: навыки ходьбы со сменой ведущего, бега «змейкой», бега в чередовании с ходьбой; перестроение в один, два круга; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча на месте, лазании по гимн. стенке. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить в прыжках в длину с разбега правильно отталкиваться и приземляться. Способствовать закреплению двигательных навыков детей,				

повышению их двигательной активности. Воспитывать чувство товарищества и взаимовыручки в играх и эстафетах, чувство ответственности за выполнение задания в соревнованиях.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, подлезают под шнур разными способами, перебрасывают мяч из одной руки в другую; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3 колонны, в 2 круга, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве (*физическая культура, познание*); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации знакомых игр; выполняют правила и нормы поведения; учатся договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивать результаты игры; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека

(*здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Построение: в один круга, в два круга, из колонны в шеренгу. Перестроение в три колонны. Повороты направо, налево. Ходьба в колонне по одному в сочетании с имитационной ходьбой гимнастов, силачей; в сочетании с ходьбой скрестным шагом; на 4 счёта на носках, спиной вперёд; со сменой ведущего, по сигналу – прыжки. Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, высоко поднимая колени, через препятствия (высота=15-20см); по кругу, изменяя направление, спиной вперёд; на носках, пронося прямые ноги через стороны, по сигналу – чередовать с ходьбой с притопами; змейкой на носках, по сигналу – остановка.			
-----------------------------	--	--	--	--

Общеразвивающие упражнения	На гимнастической скамейке	На гимнастической скамейке	Комплекс № 5	Комплекс № 5
2-я часть Основные движения	<p>1. Перебрасывание малого мяча из правой руки в левую на месте.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из руки в руку над головой.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно на правой и левой ноге.</p> <p>4. Прыжок в длину с места, перепрыгивая «канавки»</p>	<p><i>Работа по подгруппам:</i></p> <p>1. Перелезание гимн. скамеек боком.</p> <p>Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке прокатывая перед собой мяч.</p> <p>3. Перебрасывание малого мяча из правой руки в левую в движении.</p>	<p>1. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление.</p> <p><i>Работа по подгруппам:</i></p> <p>2. Перелезание гимн. скамеек боком.</p> <p>Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола</p> <p>3. Ходьба боком приставным шагом по канату</p> <p>4. Удар мяча об пол и ловля его одной рукой.</p>	<p><i>Круговая тренировка:</i></p> <p>1. Прыжки через гимн. скамейку с опорой на руки.</p> <p>2. Ползание по шнуру – ногами по бокам от шнура.</p> <p>3. Ведение мяча на месте.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1. «Кто лучше прыгнет»(в длину).</p> <p>2. «Ведение мяча» (футбол).</p> <p>3. «Пробеги - не сбей».</p> <p>4. «Попади в обруч».</p>

	разной ширины (20, 30, 40 см).			<i>Спортивный праздник</i>
--	--------------------------------	--	--	-----------------------------------

Подвижные игры	«Кто быстрее до флажка?»	«Горелки»	«Караси и щука»	
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо» СД «Мы устали»	«Придумай фигуру» ПГ «Маланья»	«Стоп»	«Тишина»
Апрель				
Задачи				
<p>Учить: пружинистому шагу с носка, броску мяча в кольцо, прыжку через короткую скакалку. Закреплять: ходьбу с изменением направления; длинной и короткой змейкой; ползание по гимнастической скамейке; метание в горизонтальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу. Повторить: прыжки в длину с разбега; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия.</p> <p>Совершенствовать прыжки в длину с разбега. Развивать внимание в ходьбе со сменой ведущего, при перестроениях. Способствовать развитию двигательной самостоятельности, обогащать опыт детей совместными двигательными действиями.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Могут выполнять бросок мяча в кольцо 2-я руками от себя, ловить мяч не прижимая к себе. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добываясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (<i>физическая культура, музыка</i>); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках (<i>познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка</i>).</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	<p>Построение в колонну, перестроение в звенья. Перестроение в 2-3 колонны на месте и в движении; в пары на месте, по сигналу – в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Ходьба в сочетании с ходьбой на высоких четвереньках, выпадами и спиной вперед; в колонне со сменой ведущего, ходьба короткой и длинной змейкой. Бег на носках, по сигналу – к заданному месту; медленный бег в течение одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигнал; подскоком по кругу в колонне, приставным шагом, правым и левым боком, руки на поясе.</p>			
Общеразвивающие упражнения	Комплексы № 5	Комплекс № 5	В парах	В парах
2-я часть Основные	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках,	<u>Работа по подгруппам:</u> 1. Бросок мяча в кольцо 2-я	1. Прыжки через короткую скакалку на месте	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Кто быстрее соберется?».

<p>движения</p> <p>активно двигают кистями рук при броске</p>	<p>раскладывая и собирая мелкие предметы.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление</p> <p>3. Лазание по гимн. стенке произвольным способом, переход на соседний пролет.</p> <p>4. Ползание по гимн. скамейке на высоких четвереньках.</p>	<p>руками от себя.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая препятствия.</p> <p>3. Прыжки в длину с разбега на мат, обратить внимание на толчок</p>	<p>2. Лазание по гимн. скамейке опираясь на предплечья и ладони с мешочком на спине</p> <p>3. Бросок мяча в кольцо 2-яруками от себя.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке правым и левым боком, перешагивая кубики</p> <p>4. Ходьба боком приставным шагом по канату</p>	<p>2. «Перебрось - поймай».</p> <p>3. «Передл - садись».</p> <p>4. «Дни недели».</p> <p>5. «Рыбак и рыбаки».</p> <p>6. «Мяч через сетку».</p> <p>7. «Быстро разложи - быстро собери».</p> <p>8. «Мышеловка».</p> <p style="text-align: center;">Спортивный досуг «Непоседы»</p>
<p>Подвижные игры</p>	<p>«Пожарные на учении»</p>	<p>«Мы веселые ребята»</p>	<p>«Охотники и утки»</p>	
<p>3-я часть</p> <p>Малоподвижные игры</p>	<p>ПГ «Пять маленьких братцев»</p>	<p>«У кого мяч?»</p>	<p>СД «Дуб зеленый»</p>	<p>«Кто летает?»</p>
<p>Май</p>				
<p>Задачи</p>				
<p>Упражнять: в прыжках через длинную и короткую скакалку; в метании мешочков в горизонт. цель. Развивать ловкость в ползании по скамейке с мешочком на спине. Провести диагностику (мониторинг) развития физических качеств детей. Побуждать детей проявлять максимальные физические качества при выполнении движений. Воспитывать у детей чувство патриотизма, гордости за свое Отечество. Способствовать формированию эмоциональной отзывчивости.</p>				
<p>Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)</p>				
<p>Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют играх с элементами спорта (<i>физическая культура, музыка</i>); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; гордятся своей Родиной (<i>социализация, здоровье, физическая культура</i>)</p>				
	<p>1-я неделя Занятия 1-3</p>	<p>2-я неделя Занятия 4-6</p>	<p>3-я неделя Занятия 7-9</p>	<p>4-я неделя Занятия 10-12</p>
<p>Виды детской деятельности</p>				

1-я часть Вводная	Размыкание в колоннах, Перестроение парами в два круга. Ходьба парами в колонне, по сигналу - перестроение в одну колонну; в сочетании с ходьбой широким шагом, на низких четвереньках, спиной вперед, перекатом с пятки на носок Бег на носках, с захлестыванием голени, спиной вперед, по сигналу – остановка; семенящим шагом, по сигналу – выполнить задание.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 7	Комплекс № 7	Комплекс № 8	Комплекс № 8
2-я часть Основные движения	Диагностика	<i>Работа по подгруппам:</i> 1. Прыжки через короткую скакалку на месте 2. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м). <i>Спортивно-музыкальный праздник «День Победы»</i>	1. Кружение парами, держась за руки. 2. Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся) 3. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м). 4. Лазание по гимн. скамейке опираясь на предплечья и ладони с мешочком на спине	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Пронеси – не урони» 2. «Подбей волан» (футбол). 3. «Кто дальше забросит волан». 1. «Пингвины». 2. «Пробеги - не сбей». 3. Волейбол с большим мячом. 4. «Мишень - корзинка».
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Выбивалы»	«Мяч – капитану»	«Мишень - корзинка».
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо»	«Запрещенное движение»	«Стоп»	«Возьми флажок»

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-7 ЛЕТ)

Целевые ориентиры освоения программы:

- Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

- Умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы вовремя передвижения.
- Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следят за правильной осанкой.
- Участвуют в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей)
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

**РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)**

С е н т я б р ь				
Задачи				
<p>Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы.</p> <p>Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезание подворотки; прыжки на двух ногах. Провести мониторинг развития физ. качеств детей. Воспитывать чувство товарищества, взаимовыручки в эстафетах.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) (<i>физическая культура</i>); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат (<i>физическая культура, социализация, коммуникация</i>)</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	<p>Построение в шеренгу, колонну; повороты направо, налево. Перестроение в три звена. Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м - ходьба, 20 м - бег); бег в рассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с</p>			

	четким поворотом на углах; бег до 60 с; перестроение в колонну по три			
Общеразвивающие	Комплекс с мячом(20 см)	Комплекс с мячом (20 см)	Комплекс с малым мячом	Комплекс с малым мячом

упражнения				
2-я часть Основные движения	1. Ходьба по гимн. скамейке боком, приставным шагом через мячи. 2. Подлезание под воротики правым и левым боком 3. Прыжки с разбега с доставанием до предмета	1. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше; боком, приставным шагом с мешочком на голове 3. Упражнение «Крокодил». 4. Прыжки с разбега с доставанием до предмета	1. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя 2-я руками из-за головы с отскоком от пола 3. Ходьба по гимн. скамейке с хлопками под ногой, на середине скамейки - приседание 4. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги	Диагностика Спортивный досуг «Веселые ребята» «Пингвины» (две команды)
Подвижные игры	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Не оставайся на полу»	«Жмурки»	
3-я часть Малоподвижные игры	Слово и движение «Ветер веет над полями»	«Вершки и корешки» Пальч. гимн «Покажите пальцем»	«Найди и промолчи» Слово и движение «Дети утром рано встали»	Ходьба в колонне с дыхательными упражнениями
Октябрь				
Задачи				
<p>Учить: - выполнять прыжки вверх из глубокого приседания, отбиванию мяча на месте одной рукой. Закреплять: - навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия; прыжках; в перебрасывании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; ползании на гимнастической скамейке. Развивать координацию движений в прыжках через шнур, лазании по гимн. лестнице. Развивать ручную умелость в пальчиковой гимнастике.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (<i>физическая культура</i>); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и</p>				

двигательной деятельности сверстников, в том числе

подвижных игр, уверенно анализируют их; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; <i>(музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация)</i>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение в колонну; повороты направо, налево. Перестроение в три колонны. Ходьба в колонне по одному со сменой направления, на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед; бег со сменой направления, «змейкой», семенящий, широким шагом, на носках, с захлестыванием голеней, подскоком, бег до 60 с.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	Комплекс с гимнастической палкой	Комплекс с гимнастической палкой
2-я часть Основные движения	1. Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя 2-я руками от груди. 3. <u>Полоса препятствий</u> : Ползание по гимнастической скамейке на спине прямо, подтягиваясь руками и толкаясь ногами – Прыжки из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой, с мешочком на голове – спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующимся хватом рук – подлезание под воротики правым, левым боком.	1. Отбивание мяча одной рукой на месте. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой, с мешочком на голове.- Прыжки попеременно на левой и правой ноге через шнур. 3. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие	<u>Круговая тренировка</u> : 1. Ходьба по гимн.скамейке на носках, руки на пояс. 2. Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч 3. Лазание по гимн.стенке <u>Игровые упражнения</u> : 1. «Проведи мяч» (футбол). 2. «Кто самый меткий?». <u>Эстафеты</u> : 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» Спортивный праздник
Подвижные игры	«Охотники и утки»	«Дорожка препятствий»	Танец «Игра с мячом»	
3-я часть Малоподвижные игры	«Вершки и корешки» СД «Дни»	«Фигуры» ПГ «Козел»	«Фигурная ходьба» СД «Листочки»	«Улитка, иглолка и нитка»

	недели »			
Ноябрь				
Задачи				
<p>Учить: ползанию по гимн. скамейке с мешочком на спине; прыжкам через препятствия. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под воротики; ведении мяча одной рукой по прямой; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, в рассыпную, с заданиями для рук. Воспитывать чувство патриотизма, любви к русским традициям.</p>				

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; ходят по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги, с перенесением махом другой ноги снизу сбоку скамейки; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, ведут мяч одной рукой (*здоровье, физическая культура*); выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта; испытывают интерес к народным играм (*физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	---------------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Перестроение в две, три колонны на месте. Равнение на направляющего. Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, с ускорением, «змейкой». Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с изменением направления по ориентирам, по кругу взявшись за руки.			
-----------------------------	--	--	--	--

Общеразвивающие упражнения	Комплекс в парах	Комплекс в паре	Комплекс с лентами	Комплекс с лентами
-----------------------------------	------------------	-----------------	--------------------	--------------------

2-я часть Основные движения	1. Ползание по гимн. скамейке с мешочком на спине – обратно прыжки на 2-х ногах мешочек зажат между коленей 2. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами 3. Ходьба по гимнастической скамейке с лентами, выполняя приседание на середине, руки вперед – обратно подползание под воротики.	1. Прыжки через 8-10 препятствий, последовательно через каждое, подтягивая колени к животу. 2. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 3. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами по сигналу – перейти на бег 4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант)	1. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги, с перенесением махом другой ноги снизу сбоку скамейки 2. Прыжки на 2-х ногах с поворотом кругом (у ориентира), продвигаясь вперед – обратно бег. 3. Ползание по наклонной доске с переходом на гимн. стенку и перелезание на другой пролет	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Перелет птиц». 2. «Лягушки и цапля». 3. «Что изменилось?». 4. «Удочка». <i>Эстафеты:</i> 1. «Быстро передай» (в колонне). 2. «Кто быстрее доберется до флага?» (прыжки на левой и правой ногах). 3. «Собери и разложи» (обручи). 4. «Летает - не летает».
---------------------------------------	---	--	---	---

			приставными шагами	
--	--	--	-----------------------	--

Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Мышеловка»	«Рыбак и рыбки»	Спортивно-музыкальный досуг «Мы живем в России»
3-я часть Малоподвижные игры	«Затейники» СД «Сильный ветер»	«Эхо» ПГ «Мой домик»	Ходьба в колонне по одному дыхательными упр. Самомассаж «Дождь»	Ходьба с дыхательными упражнениями.
Декабрь				
Задачи				
Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Ознакомить с ползанием по-пластунски, с прыжками через короткую скакалку на 2-х ногах. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади поры. Упражнять в подскоках; в спрыгивании на полусогнутые ноги со скамейки. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей в играх и эстафетах. Воспитывать чувство взаимовыручки.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Ходят по гимнастической скамейке, с мячом в руках, на середине поворот, бросают мяч вверх, о землю и ловят, отбивают мяч в движении; ползают по-пластунски, прыгают на двух с поворотом кругом у ориентира (<i>физическая культура</i>); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (<i>познание, здоровье, коммуникация</i>)				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Перестроение в две шеренги, колонны, круга. Ходьба с длинной и короткой «змейкой», гимнастическим шагом, в полуприседе, с остановкой по сигналу. Бег «змейкой» чередуется с б. враспынную, длинной и короткой «змейкой», захлестывая голени, выбрасывая прямые ноги вперед, с преодолением препятствий.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 2	Комплекс № 2	Комплекс с обручами	Комплекс с обручами
2-я часть Основные движения	1. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками 2. Ходьба по гимнастической скамейке мячом в руках, на середине поворот вокруг	1. Ползание по-пластунски ориентира (фронтально) 2. Подбрасывание мяча двумя руками, ловля его после хлопка или приседания 3. Ходьба по скамейке	1. Прыжки через короткую скакалку на 2-х ногах на месте. 2. Ползание по-пластунски до ориентира – прыжки на одной ноге.	<u>Круговая тренировка:</u> 1. Лазание по гимн.стенке 2. Подлезание под несколько подряд стоящих воротиков 3. Ползание по-пластунски с мешочком в руках.

	себя 3. Прыжки на 2-х ногах споворотом кругом (у ориентира), продвигая сь вперед 4. Прыжок и со скамейки на полусогну тые ноги	навстречу друг другу, на середине разойтись, помога друг другу 4. Упражнение «Крокодил» (расстояние - 3м).	3. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («Быстрый мячик»), подбрасывая одной и ловля двумя руками («Не урони»).	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Догони пару». 2. «Ловкая пара». 3. «Снайперы». <i>Эстафеты:</i> 1. «Передал - садись». 2. «Хитрая лиса». Спортивный досуг «Зимушка-зима»
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Перемени предмет»	«Два Мороза»	
3-я часть Малоподви жные игры	эстафета «Передал - садись»	«Летает - не летает»СД «Сильный ветер»	«Пройди бесшумн о»ПГ «Киселек »	

Январь

Задачи

Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; метанию мешочков в вертикальную цель. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях с мячом, в подлезании и перешагивании; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги, глазомер при метании мешочка. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической скамейке; прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Продолжать прививать любовь к спорту, воспитывать желание быть здоровым. Способствовать повышению двигательной активности детей.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и враспынную, по гимнастической скамейке (перешагивая скакалку, сложенную вдвое); прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед, чрез длинную скакалку по одному; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений (*физическая культура*); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (*здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал,
-----------------------------	--

	С ВЫСОКИМ
--	-----------

подниманием колен, подскоки. Повороты налево, направо				
Общеразвивающие упражнения		Комплекс с мячами	Комплекс № 3	Комплекс № 3
2-я часть Основные движения	Зимние каникулы	1. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая скакалку, сложенную вдвое 2. Прыжки через короткую скакалку в движении. 3. Полоса препятствий: подлезание под воротики - перешагивание через шнур (40 см) - прыжки на левой и правой ногах через шнур.	<i>Неделя спорта:</i> 1. «День клюшки и шайбы» 2. «День мяча» 3. «День зимних игр»	Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Ходьба по гимнастической скамейке на носках с мешочком на голове, на середине поворот вокруг себя – прыжки с зажатым между ног мешочком. 3. Прыжки через длинную скакалку по одному. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом.
Подвижные игры		«Ловишки» (прыжки)	«Волк во рву»	
3-я часть Малоподвижные игры		«Сыщики» (найди предмет)	«Горшки»	Ходьба по сигналу, выполняя движение.
Февраль				
Задачи				
Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и метании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ходьбе по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами. Разучить: пролезание в обруч, без его касания, прыжок в длину с места; ходить и бегать по кругу с изменением направления. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель, координацию движений при ходьбе по гимн. скамейке боком. Воспитывать чувства патриотизма, уважения к профессии военного.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по два и по три, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; прыгают в длину с места, последовательно через линии; пролезают в обруч, подлезают под дугу правым и левым боком (*физическая культура*); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности

разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения (*социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Перестроение в колонны по два и по три через середину. Ходьба перешагивая скакалку, сложенную вдвое; с хлопком сверху – под правой ногой, перекатом с пятки на носок. Бег в чередовании с прыжками на одной ноге, мелким и широким шагом, в умеренном темпе до 1,5 мин. Ходьба по канату боком приставным шагом			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс со скакалкой	Комплекс со скакалкой	Комплекс с гимнастическими палками	Комплекс гимнастическими палками
2-я часть Основные движения	1. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча. Пролезание под дугу в группировке – ходьба по канату боком приставными шагами. 2. Метание мяча в вертикальную цель, стоя на коленях (расстояния 4 м). 3. Ходьба по гимн. скамейке поднимая ногу вперед вверх, перекладывая кубик из руки в руку.- прыжки на 2-х ногах зажатых	1. Прыжок в длину с места. 2. Пролезание в обруч (3 шт.) поочередно прямо и боком - Ползание по гимн. скам. на животе подтягиваясь руками 3. Метание мяча в движущуюся цель произвольно. 4. Прыжки на одной ноге за мячом.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове - Ходьба на носках между кеглям. 2. Прыжок в длину с места 3. Пролезание под дугу, шнур правым и левым боком. 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет 5. Прыжки через 5-6 линий.	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Пробеги - не задень». 2. «Мяч водящему». 3. «Ловишки с мячом». <i>Эстафеты:</i> 1. Прыжковая эстафета со скамейкой. 2. «Мяч от пола». 3. «Через тоннель». <i>Спортивно-музыкальный досуг</i> «Защитник и Отечества»

	кубиком между ног. 4. Прыжки через длинную скакалку в паре			
Подвижные игры	«Не попадись»	«Ловишка, лови ленту»	«Охотники и звери»,	
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо» СД «Мы на лыжах в лес пойдём»	Упражнение на дыхание ПГ «Десять тонких пальцев»	«Кто ушел?» Само масса ж	Ходьба в колонне по одному с сменной ведущего
Март				
Задачи				
Закреплять: навыки ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча на месте, лазании по гимн. стенке. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить прыжку в длину с разбега. Способствовать закреплению двигательных навыков детей. Воспитывать чувство товарищества и взаимовыручки в играх и эстафетах, чувство ответственности за выполнение задания.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве (<i>физическая культура, познание</i>); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека (<i>здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание</i>)				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				

1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два в движении, из колонны в шеренгу. Ходьба в колонне по одному; выполнение заданий; с перешагиванием через кубики; бег враспынную; бег на носках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий по сигналу.			
Общеразвивающие упражнения	Комплексы № 4	Комплекс № 4	С длинной скакалкой	С длинной скакалкой
2-я часть Основные движения	<p>1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу, стоя на коленях (расстояние - 3 м).</p> <p>2. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову смешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева;</p>	<p><i>Работа по подгруппам:</i></p> <p>1. Лазание по гимнастической стенке переменным способом.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейки на середине сделать «ласточку».</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, от себя ноги скрестно</p> <p>4. Пролезание под шнур</p>	<p>1. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление.</p> <p><i>Работа по подгруппам:</i></p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом</p> <p>3. Ходьба боком приставным шагом по канату</p> <p>4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, от себя через шнур</p>	<p><i>Круговая тренировка:</i></p> <p>1. Прыжки через гимнастическую скамейку с опорой на руки.</p> <p>2. Ползание по шнуру – нога на шнуре, руки на полу по бокам от шнура.</p> <p>3. Ведение мяча на месте.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч).</p> <p>2. «Ведение мяча» (футбол).</p> <p><i>Эстафеты:</i></p> <p>1. «Пингвины».</p>

	поочередно на правой и левой ноге. 4. Прыжок в длину с места	(высота 40 см), не касаясь руками пола.	(расстояние - 3 м).	2. «Пробеги - не сбей». 3. «Мишень - корзинка». <i>Спортивный праздник</i>
Подвижные игры	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Горелки»	«Жмурки»	
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо» СД «По дорожке»	«Придумай фигуру» ПГ «Маланья»	«Стоп»	«Возьми флажок»

Апрель

Задачи

Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направлении - «улитка». Закреплять: ходьбу с изменением направления; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в горизонтальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке по диагонали. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; ходьба по канату с сохранением равновесия. Совершенствовать прыжки в длину с разбега. Способствовать развитию двигательной самостоятельности, обогащать опыт детей совместными двигательными действиями.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5—12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (*физическая культура, музыка*); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках (*познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 6	Комплекс № 6
2-я часть Основные движения	<p>1. Ходьба парами по двум параллельным скамейкам.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке произвольным способом, переход на соседний пролет.</p> <p>4. Ходьба по наклонной доске</p> <p>5. Ползание по гимнастической скамейке на высоких четвереньках.</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между коленей.</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову;</p> <p>4. Прыжки в длину с разбега на мат, обратить внимание на толчок.</p>	<p>Лазание по гимнастической стенке по диагонали приставным шагом.</p> <p>Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м).</p> <p>Ходьба боком приставным шагом по канату.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину.</p>	<p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1. «Кто быстрее соберется?».</p> <p>2. «Перебрось - поймай».</p> <p>3. «Передал - садись».</p> <p>4. «Дни недели».</p> <p><i>Эстафеты:</i></p> <p>1. Бег со скакалкой.</p> <p>2. «Рыбак и рыбаки».</p> <p>3. «Мяч через сетку».</p> <p>4. «Быстро разложи - быстро собери».</p> <p>5. «Мышеловка».</p> <p>6. «Ловишки с ленточкой»</p> <p>Спортивный досуг «Непоседы»</p>
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Прыгни - присядь», «Стоп»	«Охотники и утки»	
3-я часть Малоподвижные игры	ПГ «Пять маленьких братцев»	«Придумай фигуру»	СД «Дуб зеленый»	«Возьми флажок»
Май				
Задачи				

Учить: прыжкам на возвышение; бегать на скорость; бегать со средней скоростью до 100 м.
Упражнять: в прыжках в длину с разбега; перебрасывании мяча в шеренгах; равновесии в прыжках; в метании мешочков в горизонт. цель. Провести диагностику (мониторинг) развития физических качеств детей. Побуждать детей проявлять максимальные физические качества при выполнении движений. Воспитывать у детей чувство патриотизма, гордости за свое Отечество. Способствовать формированию эмоциональной отзывчивости.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют играх с элементами спорта (*физическая культура, музыка*); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе;

развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат (*социализация, здоровье, физическая культура*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 6	Комплекс № 6
2-я часть Основные движения	Диагностика	<i>Работа по подгруппам:</i> 1. Прыжки на возвышение (20 см.) 2. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м). <i>Спортивно-музыкальный праздник «День Победы»</i>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. 2. Прыжки на возвышение (20 см.) 3. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м). 4. Ходьба боком приставным шагом по канату.	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Через болото по кочкам»(из обруча в обруч). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Быстро по местам». 4. «Тяни в круг». <i>Эстафеты:</i> 1. «Пингвины». 2. «Пробеги - не сбей». 3. Волейбол с большим мячом. 4. «Мишень - корзинка».
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Лодочки и пассажиры»	«Прыгни - присядь»	
3-я часть Малоподвижные игры	«Эхо»	«Запрещенное движение»	«Стоп»	«Возьми флажок»

3.9 Перечень программно-методического обеспечения.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17.10.2013г., № 1155
3. Примерная основная общеобразовательная программа «От рождения до школы». М., «Мозаик Синтез», 2012 год
4. Зырянова А.В. Методические рекомендации по организации и проведению экспертизы примерных основных образовательных программ всех уровней общего развития. Москва, 2013.
5. Журнал «Практика управления ДОУ», № 2, 2014. Андреевко Т.А., Алекинова О.В. Введение и реализация ФГОС ДО. План мероприятий.
6. Журнал «Справочник старшего воспитателя», № 3, 2014. Скоролупова О.А. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: организация внедрения в ДОО.
7. Маханева Н.Д. «Здоровый ребенок». Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе, методическое пособие.
8. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011
9. Богина Т.Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». Метод. пособие. М «Мозаика Синтез», 2005
10. Буцинская П.П. и др. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М «Просвещение», 1990
11. Вареник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». М, ТЦ «Сфера», 2008
12. Вихарева Г.Ф. «Споём, попляшем, поиграем». СПб «Музыкальная палитра», 2011 год
13. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.
14. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: младший дошкольный возраст М.: Владос, 1999
15. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: средний дошкольный возраст М.: Владос, 2000
16. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: старший дошкольный возраст М.: Владос, 2001
17. Галицина Н.С., Бухарова Е.Е. «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников», М «Скрипторий 2003», 2006
18. Давыдова М.А. «Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет». М, «ВАКО», 2007
19. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. Пособие. М. Арунова, М. «Просвещение», 2006
20. Дик Н.Ф. «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников», М.ООО ТИД, 2007
21. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы иконспекты. Под ред. Т.С.Яковлевой. М, «Школьная Пресса», 2007
22. «Здоровячок». Система оздоровления дошкольников. Т.С.Никонорова, Е.М.Сергиенко, Воронеж, 2007
23. «Играй – не зевай. Подвижные игры с дошкольниками». М.Н.Дедулевич, М. «Просвещение», 2007

24. Каплунова И., Новоскольцева И. «Праздник каждый день». Программа музыкального воспитания для детей младшей группы. СПб «Композитор», 1999 год.
25. Каплунова И., Новоскольцева И. «Праздник каждый день» конспекты музыкальных занятий с аудио приложением. Младшая группа. СПб «Композитор», 2007 год.
26. Каргушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет», М «ГЦСфера», 2004
27. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М. «Просвещение», 1985
28. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы». СПб, «ДЕТСТВОПРЕСС», 2005
29. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников», М «ВАКО», 2005
30. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. «Физкультурные праздники в детском саду», М. «Айрис-пресс», 2005
31. «Малыши, физкульт-привет!». М. «Скрипторий 2003», 2006
32. Миняева.С.А. «Подвижные игры дома и на улице». М «Айрис-пресс», 2007
33. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья»». Е.Ю.Александрова. Волгоград, 2007
34. Павлова. П.А, Горбунова И.Е. «Расти здоровым, малыш!». М, «ТЦ Сфера», 2006
35. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–5 лет. М, «Владос», 2003
36. Прохорова Г.А. «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет». М «Айрис-пресс», 2007
37. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам!». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2004
38. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010
39. Сауко Т, Буренина А . «Топ-хлоп, малыши!». Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. СПб, 2001 год
40. Сивцова А.М. «Здоровьесберегающие педагогические технологии в дошкольном образовательном учреждении». СПб: СПБАППО, 2008
41. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. М.Н.Кузнецова, М «Айрис-пресс», 2007
42. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
43. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. С.О.Филиппова. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005
44. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». М. «Мозаика-Синтез», 2006
45. Суворова Т. «Танцуй, малыш!». 1-2 часть. СПб, 2007 год.
46. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет». М, «ГНОМ и Д», 2004
47. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет». М, «ГНОМ и Д», 2003
48. Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов

- физкультуры и воспитателей. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. М. «Просвещение», 2008
49. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия .
Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
50. Филиппова С.О. «Мир движений мальчиков и девочек». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001
51. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец «Фитнесс-Данс», СПб «Утор»», 2005
52. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 1999
53. Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста». М. «Просвещение», 1983
54. Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду». Упражнения для детей 5-7 лет. М. «Мозаика-Синтез», 2006

