

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №37  
Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом Государственного  
бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад № 37 Кировского  
района Санкт - Петербурга  
Протокол № 1от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом по Государственному  
бюджетному дошкольному  
образовательному учреждению детский  
сад № 37 Кировского района  
Санкт – Петербурга  
Заведующий \_\_\_\_\_ Е.В. Дмитриева  
Приказ №40 от 31.08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7лет)  
В ГРУППАХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

Разработчик программы:  
Ершкова Лаура Славиковна  
инструктор по физической культуре  
первой квалификационной категории

Санкт-Петербург  
2023 г.

## Содержание рабочей программы

№ п/п	Разделы программы	Страницы
<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
1.	Пояснительная записка	3
1.1	Цели и задачи реализации Программы	4
1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.3	Значимые для реализации Программы характеристики: - психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста:	5
	Характеристика возрастных возможностей детей младшего возраста (3-4г.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей среднего возраста (4-5л.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей старшего возраста (5-6л.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей подготовительной к школе группы (6-7/8л.)	
1.4.	Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы.	6
1.5	Условия и методы проведения педагогической диагностики.	8
<b>1.6.</b>	<b>Часть, формируемая участниками образовательного процесса</b> - Характеристика контингента детей -Реализуемые парциальные программы и технологии	12
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	14
2	Задачи физического развития детей	14
2.1	Содержание образовательной области «Физическое развитие»	15
2.2	Решение совокупных задач воспитания в рамках реализации образовательной области «Физическое развитие»	20
2.3	Описание форм, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	20
2.4	<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>	24
2.4.1	Интеграция с образовательной областью «Физическое развитие»	24
2.4.2	Комплексно-тематическое планирование (по направлениям физического развития и возрастной принадлежности)	28
2.4.3	Способы и направления поддержки детской инициативы	68
2.4.4.	Система взаимодействия с семьями воспитанников	69
2.4.5.	Коррекционно-развивающая работа	69
2.4.6	Взаимодействие с социальными партнёрами	69
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ (часть, формируемая участниками образовательных отношений)</b>	70
3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	70
3.1	Максимально-допустимая образовательная нагрузка разных возрастных категорий во время занятий	70
3.2	Организация режима двигательной активности детей.	71
3.3	Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	73
3.4	Перспективное планирование, разработанное в ДОУ	75
3.5	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	78
3.6	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	80
<b>IV.</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>83</b>
4.	Аннотация к рабочей программе	83

## I. Целевой раздел

### 1. Пояснительная записка.

Рабочая программа группы (далее- РП) — локальный акт образовательного учреждения, разработанный на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, Федеральной образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы ГБДОУ с использованием нормативных документов:

- Конвенция о правах ребенка
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273—ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 № 1155;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»;
- Постановление, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";
- Устав ДОУ;
- Положение о спортивном зале;
- Положение о создании условий для занятий обучающимися физической культурой и спортом.

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

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП 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 РП ИФК 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 РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

Содержание рабочей программы способствует формированию ценностного отношения к собственному здоровью, совершенствованию двигательной активности детей, развитию представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами его укрепления, создание эмоционально – благоприятной среды физического развития.

Рабочая программа является открытой, может корректироваться и дополняться.

### **1.1. Цели и задачи программы:**

**Цель РП:** 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 РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП ДО:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- 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 ДО 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

### **1.2 Принципы и подходы к формированию программы.**

РП ИФК 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. РП 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 семьей:***

- реализация РП 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.

### **1.3. Значимые для реализации Программы характеристики.**

#### **Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей.**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО 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 ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

#### **Возрастные особенности детей 3-4 лет**

##### **. 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

#### **Возрастные особенности детей 4-5 лет**

##### **. К пяти годам:**

Физическое развитие в этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины (20 штук) средней величины (или пуговицы) на толстую леску. В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.), проявляется самостоятельность ребенка

#### **Возрастные особенности детей 5-6 лет**

##### **. 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

### **Возрастные особенности детей 6 – 7/8 лет.**

#### **К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение 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

#### **1.4. Планируемые результаты освоения воспитанниками программы**

##### **Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к четырем годам:**

- Ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- 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.

##### **Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к пяти годам**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; - 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 движений.

### **Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к шести годам:**

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

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; - ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- 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.

**Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к семи годам:** - у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества; - ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; - ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пешеходных прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; - ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями

российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- 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 во время 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.

### **1.5 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика в ДОО – 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.

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

2. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций.

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

4. Педагогическая диагностика в ДОО проводится два раза в год (в начале и конце учебного года) Методика организации мониторинга подобрана специалистом инструкторам по физической культуре в соответствии с реализуемой Программой. Контрольные упражнения предлагаются в игровой и соревновательной форме. Результаты заносятся в диагностическую карту.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования)

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

- индивидуализации образования (построение индивидуального образовательного маршрута развития



ребенка);

- оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в самостоятельной и специально организованной деятельности

Инструментарий для педагогической диагностики – карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе двигательной деятельности

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста», для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания вдаль, определённые Г. Лесковой и Н. Ноткиной, С. Прищепа, М.А. Руновой, а также «Общероссийская система мониторинга, 2001»

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.

### **Показатели физической подготовленности детей**

#### **Прыжки в длину с места (см)**

Цель: определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребёнок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (попяткам) при приземлении (см.), засчитывается лучшая из попыток.

<b>Возраст</b>	<b>Пол</b>	<b>Высокий</b>	<b>Средний</b>	<b>Низкий</b>
4 лет	мальчики	108 и выше	107 – 75	74 - 62
	девочки	101 и выше	100 – 73	72 - 62
6 лет	мальчики	125 и выше	124 – 100	99 - 85
	девочки	120 и выше	119 – 91	90 - 80
7/8 лет	мальчики	135 и выше	134 – 106	105 - 96
	девочки	132 и выше	131 – 99	98 - 84

#### **Бег на 30 метров.**

Цель: оценить скоростные качества в беге на 30 м с высокого старта. Оборудование: 2 ориентира, секундомер.

#### **Процедура тестирования:**

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). на дорожке отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй с секундомером на линии финиша, за которой на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «Внимание» ребёнок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш» -взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребёнка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

Результат: Засчитывается лучший результат из 2 попыток.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	7,8 и выше	7.9 – 9.5	9.6 – 10.2
	девочки	7,9 и выше	8.0 – 9.8	9.9 – 10.5
6 лет	мальчики	6.9 и выше	7.0 – 8.9	9.0 – 9.4
	девочки	7.6 и выше	7.7 – 8.9	9.0 – 9.6
7/8 лет	мальчики	6.5 и выше	6.6 – 8.1	8.2 – 8.7
	девочки	6.6 и выше	6.7 – 8.2	8.3 – 8.8

### **Выносливость.**

#### **Бег на 90 м, 120 м, 150 м (сек)**

**Оборудование:** 2 ориентира, секундомер

**Процедура тестирования:** Детям предлагается пробежать дистанцию в 90 м. Тест проводится по размеченной дорожке на территории детского сада. На дистанции проводится линия старта и финиша. Один взрослый находится на старте и подаёт команду «Внимание!» ребёнок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» даётся отмашка флажком и старт для бегущего, включается секундомер. При пересечении финишной линии секундомер выключается.

**Результат:** Выполняется одна попытка. Результат фиксируется в секундах.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	25. 0 и выше	25.1 – 28.7	28.8 - 30.6
	девочки			
6 лет	мальчики	29.2 и выше	29.3 – 33.7	33.8 - 35.7
	девочки			
7/8 лет	мальчики	33.6 и выше	33.7 – 37.3	33.8 - 41.2
	девочки			

### **Гибкость**

#### **Наклон туловища вперёд из положения стоя (см)**

**Цель:** Определить гибкость, стоя на гимнастической скамейке. **Оборудование:** гимнастическая скамейка, линейка 30 см.

**Процедура тестирования:** Ребёнок становится на гимнастическую скамейку, (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке) и наклоняется вниз, стараясь несибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхность скамьи), то результат засчитывается со знаком «минус».

**Результат:** заносится в сантиметрах

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
	мальчики	9 и выше	8 – 2	1 - -2

4 лет	девочки	11 и выше	10 – 4	3 - 1
6 лет	мальчики	10 и выше	9 – 3	2 - 0
	девочки	13 и выше	12 – 5	4 – 2
7/8 лет	мальчики	11 и выше	10 – 4	3 – 1
	девочки	15 и выше	14 – 6	5 – 3

**Ловкость.****«Челночный бег» 3×10**

**Цель:** Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

**Оборудование:** секундомер, кубики 5 шт.

**Процедура тестирования:** ребёнок встаёт у контрольной линии, по сигналу «Марш!» (в этот момент включить секундомер) трёхкратно преодолевает 10 метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). ребёнок должен обождать каждый кубик, не задев его.

**Результат:** фиксируется общее время в секундах.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	11.2 и выше	11.3 – 11.7	11.8 – 12.5
	девочки	11.4 и выше	11.5 – 12.2	12.3 – 12.8
6 лет	мальчики	10.6 и выше	10.7 – 11.3	11.4 – 11.8
	девочки	10.8 и выше	10.9 – 11.6	11.7 – 12.0
7/8 лет	мальчики	10.0 и выше	10.1 – 10.9	11.0 – 11.4
	девочки	10.2 и выше	10.3 – 11.1	11.2 – 11.6

**Сила.**

**Цель:** определить уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности.

**Оборудование:** набивной мяч массой 1 кг.

**Процедура тестирования:** ребёнок встаёт у контрольной линии, берёт мяч и бросает его как можно дальше; при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Выполняется две попытки.

**Результат:** фиксируется лучший результат в (м.)

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	2.60 и выше	2.59 – 2.10	2.09 – 1.65
	девочки	2.30 и выше	2.29 – 1.99	1.80 – 1.40
6 лет	мальчики	3.40 и выше	3.39 – 2.60	2.59 – 2.15
	девочки	3.00 и выше	2.99 – 2.30	2.29 – 1.75
7/8 лет	мальчики	4.00 и выше	3.99 – 3.01	3.00 – 2.70
	девочки	3.50 и выше	3.49 – 2.60	2.59 – 2.20

## 1.6. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

### Характеристика контингента воспитанников

Работа по физическому воспитанию организуется с детьми от 3-х до 7 лет в специально оборудованном физкультурном зале в соответствии с требованиями на основе листов здоровья, с учётом их индивидуальных и возрастных особенностей по плану (программе ИФК)

### Реализуемые программы и технологии физического развития детей

«СА- ФИ- ДАНСЕ» - оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике для дошкольников одна из них. Она направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения - от 3 до 7 лет. Содержание данной программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В ней "Са-Фи-Дансе" представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Он придает процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе "Са-Фи-Дансе" создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

### Технологии:

- Здоровьесберегающие технологии;
- Технологии проектной деятельности;
- Личностно-ориентированные технологии;
- Информационно-коммуникационные технологии;
- Личностно-ориентированные технологии;
- Игровая технология;
- Дистанционные.

### Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Подвижные и спортивные игры
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика корригирующая

**Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы с использованием звукопроизношения на выдохе.

У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Пальчиковая гимнастика** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

**Корригирующая ортопедическая гимнастика** используется для профилактики плоскостопия с использованием массажных дорожек, прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

### Технологии обучения здоровому образу жизни

- Физкультурное занятие
- Точечный самомассаж
- Самомассаж

Здоровьесберегающие образовательные технологии -это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей. Цель этих

технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Иными словами, важно достичь такого результата, чтобы дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Также большую пользу приносит Самомассаж.

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком в игровой форме. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота,

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2. Задачи физического развития детей дошкольного возраста:

#### *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.

#### *Задачи физического развития детей 4-5 лет*

Педагог формирует и закрепляет:

- двигательные умения и навыки,
- развивает психофизические качества при:
- выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр.

Помогает:

- точно принимать исходное положение,
- показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Педагог воспитывает, формирует:

- умение слышать и выполнять указания,
- умение ориентироваться на словесную инструкцию;

Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений

Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре;

поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм.

Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

#### *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 ПИ, 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.

#### *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 зарядка
- 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.

**2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»**

**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;

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

*Активный отдых:*

- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;

- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, 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

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

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач: Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития: - обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; 17 - формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; - воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; - продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; - укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; - формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности. Содержание образовательной деятельности Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение,



поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

**Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:  
*Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):***

*ОВД:*

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, 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 (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;
- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.

*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:*

*Катание на санках:*

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

*Ходьба на лыжах:*

- по лыжне (на расстояние до 500 м.);
- скользящим шагом;
- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;
- подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

*Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

*Спортивные игры:*

*Городки:*

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

*Элементы баскетбола:*

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;

- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

*Бадминтон:*

- отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом
- Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

*Активный отдых:*

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц
- физкультурные праздники 2 раза в год,
- дни здоровья 1 раз в квартал;
- 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

**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:**

##### *Катание на санках:*

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

##### *Ходьба на лыжах:*

- скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;
- попеременным двухшажным ходом (с палками);
- повороты переступанием в движении;
- поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

#### **Спортивные игры**

##### *Городки:*

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

##### *Элементы баскетбола:*

- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и 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.

##### *Элементы футбола:*

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

##### *Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):*

- 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.

##### *Бадминтон:*

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

##### *Элементы настольного тенниса:*

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

#### **Активный отдых:**

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц;

- физкультурные праздники 2 раза в год;
- дни здоровья 1 раз в квартал;
- 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 пеших туристских прогулок и экскурсий,
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

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

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения,
- коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

#### **2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников**

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

***Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию***

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

Формы деятельности Технологии	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<p>Закаливающие процедуры (н-р, ходьба босиком по ребристым дорожкам). Гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная). Пальчиковые игры. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок. Подвижные игры. Игры-имитации, хороводные игры. Дидактические игры. Свободное общение, ситуативные разговоры с детьми о физической культуре и спорте. Рассказы, беседы, чтение и обсуждение познавательных книг о физкультуре и спорте.</p>	<p><i>Физкультурные занятия (сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера)- 2-3 раза в неделю.</i> Физминутки и динамические паузы Физические упражнения. Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования. Игры-имитации, хороводные игры. Специальные</p>	<p>Рассматривание иллюстраций о физической культуре и спорте. Настольно-печатные игры. Подвижные игры, игры с элементами спорта. Игры-имитации, хороводные игры. Физические упражнения. Отражение впечатлений о физкультуре и спорте в продуктивных видах деятельности. Двигательная активность во всех видах самостоятельной</p>	<p>«Гость группы» (встречи с интересными людьми: спортсменами, учителем физкультуры в школе и др.) Физкультурные досуги и праздники («Путешествие в Спортландию», «Веселые старты»). Семейные проекты (н-р, «Папа, мама, я – спортивная семья»). Маршруты выходного дня (туристические прогулки, секции, клубы и др.) <i>Психолого-педагогическое</i></p>	<p>Наблюдение. Диагностика. Индивидуальная работа. Контроль.</p>
<p>Рассматривание иллюстраций. Игровые беседы с элементами движений. Создание коллажей, тематических альбомов. Изготовление элементарных физкультурных пособий: флажков, мишеней для метания и др. Физкультурные досуги и праздники. Проектная деятельность: «Олимпийские</p>	<p>оздоровительные (коррекционно-оздоровительные) игры. Пальчиковые игры. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок.</p>	<p>деятельности детей.</p>	<p><i>просвещение через организацию активных форм взаимодействия:</i> Родительский клубы: «Навстречу друг другу» «непоседы», (физкультура вместе с мамой и папой), «Клуб любителей туризма», «Клуб любителей плавания». Вечера вопросов и ответов.</p>	

чемпионы нашего города»; «Спортивные сооружения нашего города» и др. Дни и недели здоровья.			Устные педагогические журналы («Мальчики и девочки – два разных мира», «Физическая готовность к школе»). И др.
---	--	--	--

### ***Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ***

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД 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, занятий в плавательных бассейнах 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.

Возрастная группа	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Продолжительность частей занятия			Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
2-я младшая группа	15 мин	2 мин.	12 мин.	1 мин.	2
Средняя группа	20	3 мин.	15 мин	2 мин	2
Старшая группа	25 мин	4 мин.	19 мин.	2 мин.	2
Подготовительная к школе группа	30 мин	5 мин.	22 мин.	3 мин.	2

### ***Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников***

При реализации РП 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.

#### ***2.6.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников***

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

*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).

*Вербальные методы (словесные):*

- направлены на активизацию сознания ребенка, 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.

*Практические методы:*

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;
- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.
- закрепления 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.

*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);

*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);

*метод проблемного изложения:*

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

*эвристический метод (частично-поисковый):*

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

*исследовательский метод:* -

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и

опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Выбор форм, методов, средств реализации РП 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 РП.

## 2.4. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

### 2.4.1 Интеграция ОО «Физическое развитие»

Образовательная область «Физическое развитие» интегрирована с остальными образовательными областями дошкольного образования:

- ✓ социально-коммуникативное развитие
- ✓ познавательное развитие
- ✓ речевое развитие

### 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, музыкального руководителя, родителей.

<p>«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств)</p> <p>«Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение; приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление опыта двигательной активности)</p>	<p>«Художественно-эстетическое развитие» -использование продуктивных видов деятельности и музыкально-ритмических движений. Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда. Развитие продуктивной и музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей с использованием народных традиционных игр.</p> <p>«Речевое развитие» -использование художественных произведений для обогащения и закрепления представлений и воображения детей для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанных областей.</p> <p>Использование спортивных и подвижных игр с правилами. Накопление опыта двигательной активности в трудовой деятельности.</p>
---	---

#### *Взаимодействие с администрацией ДОО.*

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР 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*

ИФК 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 ИФК 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 помощником воспитателя*

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Сентябрь	Весь месяц	Консультации для родителей, Диагностика. Круглый стол с инструкторами по физической культуре. Обсуждение планирования работы на год	Все специалисты, воспитатели	Все	Анкеты, консультации, информационные стенды	Консультации для родителей  «Гигиеническое значение спортивной формы»
Октябрь	Весь месяц	«Как воспитать здорового ребенка» Анкетирование «Спортивные секции»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Круглый стол с воспитателями и специалистами	Праздник «Осенние старты»  Консультация «Кто спортом занимается, тот силы набирается.»
		Диагностика	Все специалисты	Подготовительный, старший, средний	План	Обсуждение результатов

Ноябрь	Весь месяц	Интеллектуальный батл с инструкторами по физической культуре «Методика физического воспитания дошкольников»  Семинар «Игры по профилактике осанки и плоскостопия»	Инструктора по физ. воспитанию, заместитель заведующего по В.О.Р.	Все	Сценарии мероприятий	Досуг
Декабрь	Весь месяц	Зимние спортивные развлечения IV этап спартакиады «Веселые старты»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Сценарии мероприятий	Интегрированные занятия Консультация «ГТО»
Январь	2-3 неделя	Неделя здоровья  Фитнес тренинг для педагогов	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	Разработка сценариев Беседа в группах о зимних видах спорта	Праздник Консультация «Подвижные игры в зимний период»
Февраль	15-23	Спортивный праздник «23 февраля»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст	Подарок для папы. Сценарии мероприятий	Спортивный праздник Консультация «В здоровом теле – здоровый дух.»
Апрель		Семинар «Работа со спортивным инвентарем»	Все	Все	По плану	Интегрированные занятия
		сленичная неделя I этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	Костюмы ряженных. Сценарии мероприятий	Праздничные гуляния
	2 неделя	«Загадочный космос»	Все специалисты, воспитатели, старший	Старшие группы	Сценарии мероприятий	Игра по станциям

			воспитатель			
	Весь месяц	II этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	Инструктор по физ. воспитанию, воспитатели	Старшие группы	По плану	внования
Май	Весь месяц	Диагностика Семинар «Формирование здорового образа жизни. Активный отдых» Создание спортивного альманаха выпускных групп	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Консультация «Поиграем в футбол.»
	4 неделя	Подведение итогов работы, подготовка к итоговому педагогическом у совету	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все		Педагогичес кий совет
Июнь	1 неделя	нь защиты детей!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Праздник
	2 неделя	«День России!»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков
Июль	4 неделя	«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст	По плану	Игра по станциям
	1 неделя	«Разноцветный мир!»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков на асфальте
	3 неделя	«Ребенок в мире природы»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры по станциям

Август	1 неделя	«Здоровейка!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Игры - соревнования по летним видам спорта
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения
		Подведение итогов летней оздоровительной работы, составление планов работы на 2022-2023 учебный год	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель, заместитель заведующего по В.О.Р.			
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательной образовательной работе.	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения.
		Подведение итогов летней оздоровительной работы, составление планов работы на 2020-2021 учебный год.	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательной образовательной работе.			

#### 2.4.2. Комплексно - тематическое планирование.

Содержание рабочей Программы реализуется с учетом комплексно-тематического принципа построения воспитательно-образовательного процесса, который предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы».

#### Комплексно-тематическое планирование во 2-ой младшей группе

<b>Сентябрь</b>
<b>Задачи</b>
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка.</b>				
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 «беги», «лови», «стой» (физическая культура); проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками (социализация, коммуникация).				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	Построение: стайкой, в рассыпную. Ходьба: стайкой в прямом направлении, всей группой. Бег: За воспитателем «бегите ко мне», в колонне по одному небольшими группами «Поезд».			
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 1</b>	<b>Комплекс № 2</b>	<b>Комплекс № 3</b>	<b>Комплекс № 4</b>
<b>2-я часть ОД</b>	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.	Диагностика Спортивно-музыкальный досуг «ПДД»
Подвижные игры	«Раз ,два, три – ко мне беги»	«Догони собачку»	«Птички, летите ко мне»	«Найди свой домик»
3-я часть Малоподвижные игры	«Стайка птиц»	«Ходим парой»	«Надуй шар» (дыхательные упражнения.)	Ходьба с дыхательными упражнениями
<b>Октябрь</b>				
<b>Задачи:</b>				
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 предметам.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы(физическая культура); 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 (социализация, коммуникация.)				
	<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	Построение: в колонну по одному по ориентиру.			

		Ходьба и бег в колонне по одному по зрительным ориентирам, с остановкой и выполнением заданий (лягушки, цапля, заяц) по сигналу; в колонне по одному «Поезд». Ходьба на носочках.		
<b>ОРУ</b>	С мячами	С мячами	С кубиками	С кубиками
<b>2 часть ОД</b>	1 Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед (1.5 м). 2. Прокатывание мяча друг другу (увеличить расстояние). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 10см)	1 Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед (1.5 м). 2. Прокатывание мяча друг другу (увеличить расстояние). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 10см)	1 Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед (1.5 м). 2. Прокатывание мяча друг другу (увеличить расстояние). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 10см)	1. Ползание за катящимся предметом. 2. Прыжки на 2-х ногах между предметами. 3 Прокатывание мяча 2-я руками между предметами
<b>Подвижные игры</b>	«Собери шишечки»	«Солнышко и дождик»	«Бегите к мячику»	«По ровненькой дорожке»
<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Угадай, кто зовет?»	«По ровненькой дорожке»	«Угадай, чей голосок?».	«Угадай, чей голосок?».

### 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

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 (физическая культура), 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 (здоровье, коммуникация, социализация).

<b>1 ая нед</b> Занятие 1- 3	<b>2 ая нед.</b> Занятие 4 - 6	<b>3 ая нед.</b> Занятие 7 - 10	<b>4 ая нед.</b> Занятие 10 - 13
---------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

#### Виды детской деятельности

<b>1-я часть Вводная</b>	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			
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 1</b>	<b>Комплекс № 2</b>	<b>Комплекс № 3</b>	<b>Комплекс № 4</b>
<b>2 ая часть ОД</b>	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	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Ползание по доске на средних четвереньках	1. Ползание по доске на средних четвереньках 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Спортивно-

		четвереньках.	3. Прокатывание мяча под дугу.	музыкальный досуг к дню России «Гуси-лебеди»
<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Найди свою пару»	«У медведя в бору»	«Найди свой домик»
<b>Игры малой подвижности</b>	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.	«Тише – громче»	«Мышки в норках»
<b>Декабрь</b>				
<b>Задачи</b>				
<p>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.</p>				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
<p>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 (физическая культура), проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, (коммуникация, социализация).</p>				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>		<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	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.			
<b>2-я часть ОРУ ОД</b>	С флажками 1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Катание мячей в прямом направлении (сбей кеглю).	С флажками 1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Подлезание под воротики, не касаясь руками пола.	Комплекс N 5 1. Подлезание под шнур (В=50см); воротики не касаясь руками пола. 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Бросание мяча вперед двумя руками снизу	Комплекс N5 1. Спрыгивание со скамейки. 2. Подлезание под несколько подряд расположенных воротиков, не касаясь руками пола. 3. Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы
<b>Подвижные игры</b>	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Мы – веселые ребята»	«Воробышки и кот»
<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Лошадки»	«Ровным кругом».	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
<b>Январь</b>				
<b>Задачи</b>				
<p>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</p>				

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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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 (физическая культура), стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой (труд, социализация).				
<b>1-я нед. Занятия 1-3</b>		<b>2-я нед Занятия 4-6</b>		<b>3-я нед. Занятия 7-9</b>
<b>4-я нед. Занятия 10-12</b>				
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	Построение в колонне, перестроение в 2 колонны (с помощью) ходьбы парами, в рассыпную, построение в круг; ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
<b>ОРУ</b>		С мячом	С султанчиком	С султанчиком
<b>ОД</b>		1. Спрыгивание со скамейки (в=15см), движение рук свободно. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой 3. Подлезание под шнур (40 см)	Неделя спорта 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.)
<b>Подвижные игры</b>	«Трамвай»	«Найди свой цвет»	«Домики»	«Кот и мыши»
<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>		«Кто позвал»	«Друг за другом»	Ходьба по сигналу, выполняя движение.
<b>Февраль</b>				
<b>Задачи</b>				
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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 (физическая культура); 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, активно помогает при уборке инвентаря (социализация, коммуникация, познание, труд).				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>		<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>		<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>
<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>				
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	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.			
<b>ОРУ</b>	С мячом	С обручем	С мячом	С обручем



<b>ОД</b>	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 боком. 3. Прыжки через 6 шнуров (поочередно через каждую)	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»
<b>Подвижные игры</b>	«Птички в гнздышке»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Найди свой цвет»	«Кот и мыши»
<b>Игры малой подвижности</b>	«Кто в домике?»	«Су- джок колечки»	«Умелые пальчики»	«Раньше всех»

### Март

#### Задачи:

Упражнять в ходьбе мелким и широким шагом, беге враспынную, 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

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 (физическая культура); 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 (социализация, здоровье, 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: 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 враспынную; бег по кругу взявшись за руки, на носках, с высоким подниманием колен.

**ОРУ**

Комплекс № 5

Комплекс № 5

Комплекс № 6

Комплекс № 6

**ОД**

1. Прыжки через «ручеек» (с места) Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками.  
3. Перебрасывание мяча двумя руками через шнур.  
4. Перелезание

1. Прыжки через «ручеек» (с места) 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 гимн. лестницы с переходом на нее. 2 Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии

1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками 2. Ходьба по кирпичикам расположенным на раст. 20 см друг от друг 3. Ползание по наклонной доске,

	боком через 2 скамейки поочередно.		15см друг от друг. 3. Прыжки через «ручeёк» (с места) раст. – 30 см.	закрепленной на 2 перекладине гимн. лестницы с переходом на нее.
<b>Подвижная игра</b>	«Паровоз»	«Воробышки и автомобиль»	«Светит солнышко в окошко»	«Лягушки и цапля»
<b>Игра малой подвижности</b>	Ходьба в колонне по одному .	«Найди мячмк»	«Рыбаки»	«Чей голос»
<b>Апрель</b>				
<b>Задачи:</b>				
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 враспынную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске. Формировать правильную осанку. Учить ходить приставными шагами вперед. Упражнять в различных действиях с мячом.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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).				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>	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.			
<b>ОРУ</b>	С гантелями	С гантелями	С ленточками	С ленточками
<b>ОД</b>	1. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см). 2. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимн.лестницы с переходом на нее. 3. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками.	1. Влезание на гимн.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 гимн. скам., руки в стороны. 4. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Влезание на гимн. скам., поворот вокруг себя переступанием. 3. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками
<b>Подвижные игры</b>	«Курочка-хохлатка»	«Найди свой цвет»	«Мыши в кладовой»	Спортивный досуг «Мой веселый звонкий мяч»
<b>Игры малой подвижности</b>	«Чей цыпленок?»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному
<b>Май</b>				

<b>Задачи:</b>				
Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его, правильному хвату за перекладину 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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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 (физическая культура); проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим).				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Виды детской деятельности:</b>				
<b>Виды детской деятельности</b>		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, догоняя убегающего.		
<b>1-я часть Вводная</b>		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, догоняя убегающего		
<b>2-ая ОРУ</b>	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5
<b>Подвижные игры</b>	Диагностика	1. Прыжки в длину с места (раст. – 15 см). 2. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его. 3. Влезание на гимн. стенку и спуск с нее Спортивно-музыкальный досуг «День Победы»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»
<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Найди цыпленка»	«Угадай, кто позвал?»	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
<b>Летний период</b>				
<b>Июнь</b>				
<b>Содержание образовательной деятельности</b>				
<b>Этапы</b>	<b>1-я неделя «Здравствуй, солнечное лето!»</b>	<b>1-я неделя «Здравствуй, солнечное лето!»</b>	<b>3-я неделя «Во саду ли в огороде, на лугу и в поле...»</b>	<b>4-я неделя «Мы – петербуржцы»</b>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.				
<b>1 ая -Вводная часть</b>		Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба		

	бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону. ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
<b>ОРУ</b>	С малым мячом Пензулаева Л.И.	Без предметов Пензулаева Л.И.	С кубиками Пензулаева Л.И.	С обручем Пензулаева Л.И.
<b>ОД</b>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание попластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьей 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стене разноименным способом
<b>Подвижные игры</b>	«Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Пожарные на ученье»	«Зайка серый умывается»
<b>Игры малой подвижности</b>	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Солнышко, заборчик, камешки»	«Маляры»	Упражнение «Лучистые глазки»
<b>Июль</b>				
<b>Этапы</b>	<b>1-я неделя</b> <b>«На улице большого города»</b>	<b>2-я неделя</b> <b>«Удивительный мир насекомых»</b>	<b>3-я неделя</b> <b>«Лес – наше богатство»</b>	<b>4-я/5-я неделя</b> <b>«Братья наши меньшие»</b> <b>«Огонь – опасная игра»</b>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
<b>Вводная часть</b>			Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках прыжком, прямые ноги через стороны; по сигналу прыжок, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево	
<b>ОРУ</b>	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	С короткой скакалкой	Без предметов
<b>ОД</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча змейкой спиной и ловля его двумя руками.

	перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на др пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
<b>Подвижные игры</b>	«Медведи и пчелы»	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Ловишка» с ленточками
<b>Малоподвижные игры</b>	Забавное упражнение «Березка»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Народная игра «12 палочек»

## Август

Этапы	1-я неделя «Береза – русская душа»	2-я неделя «С физкультурой мы дружны...»	3-я неделя «Прыг-скок – побежали в кузовок»	4-я неделя «До свидания, лето!»
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
<b>ОД</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением

	Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	предметами, поставленными в одну линию	вперед 4.Лазание по гимнастической стенке
<b>Подвижные игры</b>	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	«Медведь и пчелы»	Эстафета «Дружба»
<b>Малой подвижности</b>	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	Игровое упражнение «Муравьи»	Игра с парашютом

### Комплексно-тематическое планирование в средней группе 2023-2024 учебный год

#### СЕНТЯБРЬ

Содержание НОД				
Темы	1-я неделя «Здравствуй, детский сад!»	2-я неделя Неделя здоровья	3-я неделя Безопасность дорожного движения	3-я неделя Безопасность дорожного движения
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству, владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С мячом
<b>ОД</b>	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под	. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на

	линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка.	подлезанием под дугу.	дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах
<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик...»	«Подарки»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Гуси идут купаться».	«Карлики и великаны»	«Капуста - редиска».	«Пойдём в гости»

### ОКТАБРЬ

#### Содержание НОД

Этапы	1-я неделя «Осень»	2-я неделя «Осень»	3-я неделя «Азбука вежливости»	4-я неделя «Мои любимые игрушки»
-------	-----------------------	-----------------------	-----------------------------------	-------------------------------------

**Планируемые результаты развития интегративных качеств:** *умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим, знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»*

#### Вводная часть

Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба в рассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках

ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками
<b>ОД</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура,	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее».

	перепрыгнуть и пойти дальше			
<b>Подвижные игры</b>	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»,	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Дерево, кустик, травка»	Ходьба в рассыпную по залу «По грибы, по ягоды»	«Повстречались» «Пропавшие ручки».	

### НОЯБРЬ

<b>Содержание НОД</b>				
<b>Темы:</b>	<b>1-я - 2-я неделя «Я вырасту здоровым»</b>		<b>3-я - 4-я неделя «В гостях у сказки»</b>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками
<b>Од</b>	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрее к своему флажку»	«Подарки»	«Лиса в курятнике»	«У медведя во бору»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Назови одежду и обувь» (игры с	«На параде». Ходьба в	«Звериная зарядка»	«Три медведя»



	мячом)	колонне по одному за ведущим.		
--	--------	-------------------------------------	--	--

### ДЕКАБРЬ

Содержание НОД				
Темы:	1-я - 2-я неделя «Зима в гости к нам пришла»		3-я - 4-я неделя «Новый год»	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне		
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки
Подвижные игры	«Птички и птенчики»	«Птички в гнездышках»	«Снежинки-пушинки»	«Мороз красный нос»
Малоподв. игры	«Найдем воробышка»	«Летает – не летает»	«Кто дальше бросит снежок»	«Елочка»

### ЯНВАРЬ

Содержание НОД		
Темы:	2-я неделя «Зимние игры и забавы»	3-я - 4-я неделя «Русское народное творчество»

<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.			
<b>Вводная часть</b>		Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий	
<b>ОРУ</b>	С веревкой	С обручем	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)
<b>Подвижные игры</b>	«Самолёты»	«Зайка беленький сидит»	«Собери букет»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Жили – были зайчики»	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)

### ФЕВРАЛЬ

Содержание НОД				
Темы:	1-я неделя «Матушка Зима»	2-я неделя «Зимние виды спорта»	3-я неделя «Наши папы. Защитники Отечества»	4-я неделя «Масленица»
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья		
<b>ОРУ</b>	С мячом	С мячом	С гантелями	Без предметов
<b>ОД</b>	1. Прыжки на двух ногах из	1. Перебрасыв. мяча друг другу	1. Ползание по наклонной доске	1. Ходьба и бег по наклонной

	обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке.	на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч
<b>Подвижные игры</b>	«Поход в музей»	«Лохматый пес»	Эстафетная игра «Наша армия сильна»	«Плотники»
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в сочетании с прыжком на счет «три»	«Кошечка крадется»	«Танки»	«Маляры»

## МАРТ

## Содержание НОД

Темы:	1-я неделя «Международный женский день»	2-я - 3-я неделя «Мир профессий»	4-я неделя «Неделя детской книги»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперед, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три		
<b>ОРУ</b>	С обручем	С малым мячом	С флажками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–	С лентами 1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на

	(расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры	середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики
<b>Подвижные игры</b>	Эстафетная игра «Собери набор»	«Мы веселые ребята	«Ручеек»	«Бег по дорожке»
<b>Малоподв. игры</b>	«Пузыри в стакане»	«Мама спит, она устала»	«Подснежники»	«По камушкам»

#### АПРЕЛЬ

Содержание НОД				
Темы:	1-я неделя «Птицы - наши друзья»	2-я неделя «Пасха»	3-я неделя «День космонавтики»	4-я/5 -я неделя «Транспорт»
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз</p>				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их.		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать,	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками

	о пол одной рукой несколько раз		пройти	
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках	Игра с мячом «Назови бытовые приборы»	«Будем здоровыми»	«Дом»

**МАЙ****Содержание НОД**

<b>Темы:</b>	<b>1-я неделя «День победы»</b>	<b>2-я неделя «Сад и огород весной»</b>	<b>3-я неделя «Человек и природа»</b>	<b>4-я неделя «Опасности вокруг нас»</b>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.				
<b>Вводная часть</b>			Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»	
<b>ОРУ</b>	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек
<b>Подвижные игры</b>	«Пчелки»	«Собери букет»	«Лягушки»	«Прыжки на травке»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Муравьишки»	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	«Угадай, где спрятано»	«По дорожке»

**Комплексно-тематическое планирование на летний период****ИЮНЬ**

<b>Темы:</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я неделя</b>
--------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

	<b>«Все зазеленело, солнышко блестит» 1.06 – 5.06</b>	<b>«Солнце, воздух и вода – лучшие друзья человека» 8.06 – 11.06</b>	<b>«Во саду ли в огороде, на лугу...» 15.06 – 19.06</b>	<b>«Я живу в Санкт-Петербурге» 22.06 – 26.06</b>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их.		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
<b>ОД</b>		1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках	Игра с мячом «Назови бытовые приборы»	«Будем здоровыми»	«Дом»

### ИЮЛЬ

<b>Темы:</b>	<b>1-я неделя «На улице большого города»</b>	<b>2-я неделя «Удивительный мир насекомых»</b>	<b>3-я неделя «Лес – наше богатство»</b>	<b>4-я/5 -я неделя «Братья наши меньшие»</b>
--------------	--	--	--	--

<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз				
---	--	--	--	--

количество раз.				
<b>Вводная часть</b>		Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному	Игра с мячом «Назови бытовые приборы»	«Будем здоровыми»	«Дом»

### АВГУСТ

<b>Темы:</b>	<b>1-я неделя</b> «Береза – русская душа»	<b>2-я неделя</b> «С физкультурой мы дружны - нам болезни не страшны»	<b>3-я неделя</b> «Прыг-скок – побежали в кузовок»	<b>4-я неделя</b> «До свидания, лето!»
--------------	--	--	---	---

**Планируемые результаты развития интегративных качеств:** соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз.

<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их.
----------------------	--

ОРУ	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
ОД	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
Подвижные игры	«Совушка»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»
Малоподвижные игры	«Журавли летят».	Игра с мячом «Назови бытовые приборы»	«Будем здоровыми»	«Дом»

### Комплексно-тематическое планирование в старшей группе 5 – 6 лет )

#### Сентябрь

Задачи			
<p>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 чувство товарищества, взаимовыручки в эстафетах. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.</p>			
Целевые ориентиры развития ребенка			
<p>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 (физическая культура); 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 (физическая культура, социализация, коммуникация)</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 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, захлёстывая голень, врассыпную			
<b>ОРУ</b>	С мячом	С мячом	С гимнастическими палками	С гимнастическими палками
<b>ОД</b>	1. Ходьба по гимн. скамейке руки на пояс, с высоким подниманием колен. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Лазание по наклонной лесенке с переходом на вертикальную лесенку на высоких четвереньках	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. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, между кеглями – змейкой	1. Ползание на четвереньках змейкой между предметами (кубики, кегли) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, в руках вверху палка
<b>Подвижные игры</b>	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Вершки и корешки» Пальч. гимн «Покажите пальцем»	«С кочки на кочку»	«Пингвины» (две команды)
<b>Малоподвижные игры</b>	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

<b>Задачи:</b>
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 вперёд, 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.
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>
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 (физическая культура); 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;

1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная</b>		Построение в 2 колонны; в 2 круга, повороты 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, широким шагом, длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по звуковому сигналу, в медленном темпе – 1,5-2 минуты.		
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 1</b>	<b>Комплекс № 1</b>	<b>Комплекс № 4</b>	<b>Комплекс № 6</b>
<b>ОД</b>	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 гимн. 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 вперед. 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 вперед.	Круговая тренировка: 1. Ходьба по гимн. скамейке на носках, руки на пояс. 2. Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч 3. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Игровые упражнения: 1. «Пронеси, не урони» 2. «Кто самый меткий?» 3. «Прыжковая эстафета» (прыжки через шнур, вокруг кегли). 4. «Мяч водящему»
<b>Подвижные игры</b>	«Не оставайся на земле»	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	Спортивный праздник
<b>Игры малой подвижности</b>	«Вершки и корешки»	» «Осенние листочки»	«У кого мяч» «Лягушонок»	«Улитка, иголка и нитка»

### Ноябрь

<b>Задачи:</b>
Упражнять: в энергичном отталкивании и мягком приземлении в прыжках; в ведении мяча одной рукой по прямой; в ходьбе по веревке. Учить расхождению из колонны по одному в разные стороны, ходить противоходом, лазать разноименным способом по гимн. стенке, прыжкам на мат с гимн. скамейки. Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по одному, парами, с заданиями. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, ловкость при лазании по гимн. стенке. Расширять представления детей о Родине. Воспитывать чувство патриотизма, любви к русским традициям.
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>

<p>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</p>				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>		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 противоходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу; высоко поднимая колени, по сигналу бег врассыпную; семенящим шагом, обычный бег, чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге.		
<b>ОРУ</b>	<b>С обручами</b>	<b>С обручами</b>	<b>С лентами</b>	<b>С лентами</b>
<b>ОД</b>	Работа по подгруппам: 1. Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом. 2. Ведение мяча по прямой. 3. Ходьба по верёвке, перешагивая кирпичики, с мешочком на голове.	Работа по подгруппам: 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 вперед . 2. Прыжки со скамейки на мат и обратно на скамейку (со страховкой). 3. Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом	Игровые упражнения: 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) «Летает - не летает». Спортивно-музыкальный досуг «Мы живем в России»
<b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Медведь и пчелы»	«Удочка»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Карлики и великаны»	«Угадай, кто ушел?»	«Тише едешь, дальше будешь»	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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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.				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Вводная часть</b>		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 враспынную, медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу.		
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 2</b>	<b>Комплекс № 2</b>	<b>Комплекс № 3</b>	<b>Комплекс № 4</b>
<b>ОД</b>	1. Перебрасывание мяча друг другу от груди и снизу после удара об пол. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, выполняя приседания на каждый шаг (прямую ногу проносить слева, справа от скамейки) – обратно прыжки на 2-х ногах. 3. Прыжки со скамейки и обратно на скамейку с высоты 20см	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой – обратно прыжки с зажатым между коленей мячом	Работа по подгруппам 1. Прыжок в длину с места. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине – обратно ходьба с мешочком на голове. 3. Перебрасывание мяча через веревку из-за головы, от груди сидя «п-турецки»	Круговая тренировка: 1. Лазание по гимн.стенке 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 3. Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь руками. Игровые упражнения: 1. «Попади в корзину». 2. «Ловкая пара». 3. «Уголки». 4. «Пожарные на ученье». 5. «Мяч капитану»
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишки с мячом»	«Ловишки парами»	«Два Мороза»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Морская фигура»	«Затейники»	«Пройди бесшумно»	Спортивный досуг «Зимушка-зима»

## Январь

<b>Задачи:</b>				
<p>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.</p>				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
<p>Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную; 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.</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
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная:</b>		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.		
<b>ОРУ</b>		<b>Комплекс с малым мячом</b>	<b>Комплекс N 8</b>	<b>Комплекс N9</b>
<b>ОД</b>		<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 перепрыгивая ров из гимнастических</p>	<p>Неделя спорта : 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.</p>

		палок 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине – обратно ходьба с мешочком на голове		
<b>Подвижные игры</b>		«Ловишки»	«Снежный бой»	«Снежный бой»
<b>Игры малой подвижности</b>		«Сыщики»	«По узенькой дорожке»	«Найди и промолчи»

### Февраль

<b>Задачи:</b>				
<p>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</p>				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
<p>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 (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; проявляют интерес к новым знаниям о Российской армии.</p>				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная:</b>		<p>Построение в шеренгу, перестроение в круг. Перестроение в шеренгу, в колонну по диагонали. Равнение в колонне, 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 в рассыпную, в сочетании с построением по диагонали.</p>		
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 3</b>	<b>Комплекс № 3</b>	<b>Комплекс № 5</b>	<b>Комплекс № 6</b>

<b>ОД</b>	1. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча. Пролезание под дугу в группировке – ходьба по канату боком приставными шагами. 2. Метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния 3м. 3. Ходьба по наклонной доске с переходом на гимнаст. стенку и переход на соседний пролет – прыжки на левой и правой ногах вперед	Работа по подгруппам 1. Прыжок вверх с 3-4-х шагов, стараясь коснуться предмета. 2. Пролезание в обруч (3 шт.) поочередно прямо и боком - Ползание по гимнаст. скам. на животе подтягиваясь руками. 3. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3 м 4. Прыжки на двух ногах за мячом	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о пол и лоя его двумя руками - Ходьба на носках между кеглям. 2. Прыжок - Перешагивание 3-4х - кубов, в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки 3. Пролезание под дугу, шнур правым и левым боком.	Игровые упражнения: 1. «Пробеги - не задень». 2. «Проведи мяч в ворота». 3. «Доберись и подай сигнал». 4. Прыжковая эстафета 5. «Мяч от пола». 6. «Через тоннель».
<b>Подвижные игры</b>	«Мышеловка»	«Два мороза»	«Вышибала»	Спортивно-музыкальный досуг «Защитники Отечества»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Вот под елочкой зеленой»	«Десять тонких пальцев»	«Что летает»	Ходьба в колонне по одному со 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 гимнаст. 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

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.				
1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1-я часть Вводная</b>		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		
<b>2.ОРУ</b>	На гимнастической скамейке	На гимнастической скамейке	Комплекс № 5	Комплекс № 6
<b>3.ОД</b>	1. Перебрасывание малого мяча из правой руки в левую на месте. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из руки в руку над головой. 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно на правой и левой ноге. 4. Прыжок в длину с места, перепрыгивая «канавки» разной ширины (20, 30, 40 см).	Работа по подгруппам : 1. Перелезание гимн. скамеек боком. Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола 2. Ходьба по гимнастической скамейке прокатывая перед собой мяч. 3. Перебрасывание малого мяча из правой руки в левую в движении.	1. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление. Работа по подгруппам: 2. Перелезание гимн. скамеек боком. Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 3. Ходьба боком приставным шагом по канат. у 4. Удар мяча об пол и ловля его одной рукой.	Круговая тренировка: 1. Прыжки через гимн. скамейку с опорой на руки. 2. Ползание по шнуру – ноги на полу по бокам от шнура. 3. Ведение мяча на месте. Игровые упражнения: 1. «Кто лучше прыгнет» (в длину). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Пробеги - не сбей». 4. «Попади в обруч».
<b>Подвижные игры</b>	«Кто быстрее до флажка?»	«Горелки»	«Светофорик – наш друг»	«Горелки»
<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Маланья»		«Стоп сигнал»	«Тишина»

### Апрель

<b>Задачи:</b>
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. 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.

### Целевые ориентиры развития ребенка

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, 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.

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, 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.

1.ОРУ	Комплекс № 5	Комплекс № 5	В парах	В парах
2.ОД	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, раскладывая и собирая мелкие предметы. 2. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление. 3. Лазание по гимн. стенке произвольным способом, переход на соседний пролет. 4. Ползание по	1. Бросок мяча в кольцо 2-я руками от себя. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая препятствия. 3. Прыжки в длину с разбега на мат, обратить внимание на толчок	1. Прыжки через короткую скакалку на месте. 2. Лазание по гимн. скамейке опираясь на предплечья и ладони с мешочком на спине. 3. Бросок мяча в кольцо 2-я руками от себя. 4. Ходьба по гимнастической скамейке правым и левым боком, перешагивая	1. «Перебрось - поймай». 3. «Передал - садись» 4. «Дни недели». 5. «Рыбак и рыбаки». 6. «Мяч через сетку». 7. «Быстро разложи - быстро собери». 8. «Мышеловка».

	гимн. скамейке на высоких четвереньках		кубики.	
<b>Подвижные игры</b>	«Пожарные на учении»	«Мы веселые ребята»	«Охотники и утки»	«Непоседы»
<b>3. Малоподвижные игры</b>	«Пять маленьких братцев»	«Мяч товарищу»		«Пройди и не задень»

### Май

<b>Задачи:</b>				
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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; гордятся своей Родиной.				
<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>	
<b>1. Вводная</b>		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.		
<b>ОРУ</b>	<b>Комплекс № 7</b>	<b>Комплекс № 7</b>	<b>Комплекс № 12</b>	<b>Комплекс № 9</b>
<b>ОД</b>	1. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча. Пролезание под дугу в группировке – ходьба по канату боком приставными шагами. 2. Метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния 3м.	1. Прыжки через короткую скакалку на месте. 2. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м).	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.	Игровые упражнения: 1. «Пронеси – не урони». 2. «Подбей волан» 3. «Кто дальше забросит волан». «Пингвины». «Пробеги - не сбей». 4 Волейбол с большим мячом.

<b>Подвижные игры</b>	«Мышеловка»	«Вышибалы»	«Мяч – капитану»	«Мяч – капитану»
<b>3.Малоподвижные игры</b>	«Ручеек»	«Запрещенное движение»	«По сигналу стоп»	«Море волнуется»

## 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 во время 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.

### Сентябрь

#### Задачи:

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. Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезание под воротики; прыжки на двух ногах. Провести мониторинг развития физ. качеств детей. Воспитывать чувство товарищества, взаимовыручки в эстафетах.

#### Целевые ориентиры развития ребенка

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) (физическая культура); 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.

<b>1-я неделя Занятия 3-5</b>	<b>2-я неделя Занятия 6-8</b>	<b>3-я неделя Занятия 9-11</b>	<b>4-я неделя Занятия 12-15</b>
-----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

#### Виды детской деятельности

##### 1. Вводная

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 враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 с; перестроение в колонну по три.

<b>ОРУ</b>	<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7-9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>
<b>ОД</b>	1. Ходьба по гимн.скамейке	1. Перебрасывание	1.Ползание по гимн.скамейке	1.Ползание по гимн.скамейке на

	боком, приставным шагом через мячи. 2. Подлезание под воротики правым и левым боком. 3. Прыжки с разбега с доставанием до предмета	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.	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	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.
<b>Подвижные игры</b>	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Не оставайся на полу»	«Жмурки»	«Пингвины»
<b>Малоподвижные игры</b>	Слово и движение «Ветер веет над полями»	«Вершки и корешки» Пальч. гимн «Покажите пальцем»	«Дети утром рано встали»	Ходьба в колонне с дыхательными упражнениями

### Октябрь

#### Задачи

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.

#### Целевые ориентиры развития ребенка

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 (физическая культура); 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 самостоятельно в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам.

**1-я неделя Занятия**  
**3-5**

**2-я неделя Занятия**  
**6-7**

**3-я неделя Занятия**  
**8-10**

**4-я неделя Занятия**  
**10-12**

<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1. Вводная</b>		Построение в колонну; повороты направо, налево. Перестроение в три колонны. Ходьба в колонне по одному на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед; бег со сменой направления, «змейкой», семенящий, широким шагом, на носках, с захлестыванием голени, подскоком, бег до 60 с.		
<b>ОРУ</b>	Комплекс № 5-6	Комплекс № 7 - 9	Комплекс № 9-10	Комплекс № 11
<b>ОД</b>	1. Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя 2-я руками от груди. 3. Полоса препятствий: Ползание по гимнастической скамейке на спине прямо, подтягиваясь руками и толкаясь ногами.	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 ворота 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	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки на пояс. 2. Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч. 3. Лазание по гимнастической стенке Игровые упражнения: 1. «Проведи мяч» (футбол) 2. «Кто самый меткий?» Эстафеты: 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему»
<b>Подвижные игры</b>	«Охотники и утки»	«Дорожка препятствий»	«Игра с мячом»	«Краски»
<b>3. Малоподвижные игры</b>	«Горячая картошка»	«Пройди и не задень»	«Ручеек»	«Дни недели, путаница»
<b>Ноябрь</b>				
<b>Задачи:</b>				
Учить: ползанию по гимнастической скамейке с мешочком на спине; прыжкам через препятствия. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под ворота ведении мяча одной рукой по прямой; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, враспынную, с заданиями для рук. Воспитывать чувство патриотизма, любви к русским традициям.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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; 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; 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.				
1-я неделя Занятия 4-3	2-я неделя Занятия 7	3-я неделя Занятия 8-9	4-я неделя Занятия 11-12	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>1. Вводная</b>		Перестроение в две, три колонны на месте. Равнение на направляющего. Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, с ускорением, «змейкой». Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с изменением направления по ориентирам, по кругу взявшись за руки		
<b>ОРУ</b>	Комплекс № 5	Комплекс № 6-7	Комплекс № 8-10	Комплекс № 13
<b>2.ОД</b>	1. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине – обратно прыжки на 2-х ногах мешочек зажат между коленей. 2. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами	1. Ходьба по гимнастической скамейке с лентами, выполняя приседание на середине, руки вперед – обратно подползание под ворота	1. Прыжки через 8-10 препятствий, последовательно через каждое, подтягивая колени к животу. 2. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с лентами, выполняя приседание на середине.	1. Прыжки на 2-х ногах с поворотом кругом (у ориентира), продвигаясь вперед – обратно бег. 2. Ползание по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку и перелезание на другой пролет приставными шагами.
<b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Рыбак»	«Выше ноги от земли»	«Кто быстрее добежит»
<b>3. Малоподвижные игры</b>	«Микробы»	«Свою пару найди»	«Совушка»	«Горячий камень»
<b>Декабрь</b>				
<b>Задачи:</b>				
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 попластунски, с прыжками через короткую скакалку на 2-х ногах. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в подскоках; в спрыгивании на полусогнутые ноги со скамейки. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей в играх и эстафетах.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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, 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				
1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная</b>		Перестроение в две шеренги, колонны, круга. Ходьба с длинной и короткой «змейкой», гимнастическим шагом, в полу приседе, с остановкой по сигналу. Бег «змейкой» враспынную, длинной и короткой «змейкой», захлестывая голени, выбрасывая прямые ноги вперед, с преодолением препятствий.		
<b>ОРУ</b>	Комплекс № 2	Комплекс № 4	Комплекс с теннисным мячом	Комплекс с гимнастическими палками
<b>ОД</b>	1.Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках, на середине – поворот вокруг 3. Прыжки на 2-х ногах с поворотом кругом (у ориентира), продвигаясь вперед	1. Ползание попластунски до ориентира – обратно прыжки на одной ноге. 2. Подлезание под несколько подряд стоящих воротиков 3. Ползание попластунски с мешочком в руках	1. Лазание по гимн.стенке. 2. Ползание попластунски до ориентира (фронтально) 3. Ползание попластунски с мешочком в руках.	1. Лазание по гимн.стенке. 2. Подлезание в тоннель. 3.Ползание попластунски с мешочком в руках.
<b>Подвижные игры</b>	«Ловля обезьян»	«Два Мороза»	«Кот и мыши	«Хитрая лиса».
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ручеек»	«Найди свой домик»	«Море волнуется, раз..»	«Эхо»
<b>Январь</b>				
<b>Задачи:</b>				
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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.				
<b>1-я неделя Занятия 3 - 5</b>		<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>		<b>3-я неделя Занятия 9- 11</b>
<b>4-я неделя Занятия 12 - 14</b>				
<b>Виды детской деятельности</b>				
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, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен.	
<b>ОРУ</b>		<b>Комплекс № 5</b>	<b>Комплекс № 7</b>	<b>Комплекс с мячами</b>
<b>ОД</b>		1. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая скакалку, сложенную вдвое. 2. Прыжки через короткую скакалку в движении.	1. Полоса препятствий: подлезание под воротики - перешагивание через шнур (40 см) - прыжки на левой и правой ногах через шнур.	«День мяча» Метание мячиков в вертикальную цель с расстояния 3 м.
<b>Подвижная игра</b>		«Ловишки с ленточкой»	«Два мороза»	«Допрыгай и сорви»
<b>Малой подвижности</b>	«Холодно, горячо»	«Пингвины на льдине»	«Сбей кегли»	«Узнай кто позвал»
<b>Февраль</b>				
<b>Задачи:</b>				
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, врассыпную; 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 различные подвижные игры.				
	<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	<b>2-я неделя Занятия 4-6</b>	<b>3-я неделя Занятия 7- 9</b>	<b>4-я неделя Занятия 10-12</b>
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная часть</b>			Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое -левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2	



мин., ходьба с выполнением заданий				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	Без предметов	С султанчиками
<b>ОД</b>	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой руой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
<b>Подвижные игры</b>	«Ловля обезьян»	«Уголки»	«Звериная зарядка»	«Мороз красный нос»
<b>Игры малой подвижности</b>	«Конькобежцы»	«Конькобежцы»	«Четыре стихии».	Игровое упражнение «Снежная королева»
<b>Март</b>				
<b>Задачи</b>				
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.				
<b>Целевые ориентиры развития ребенка</b>				
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 (физическая культура, познание); 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.				
	<b>1-я неделя Занятия 1-3</b>	2-я неделя	3-я неделя «День Защитника Отечества»	4-я неделя «Масленица»
<b>Виды детской деятельности</b>				

ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С палками парами
<b>ОД</b>	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой руой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке.
<b>Подвижные игры</b>	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Охотники и звери»,
<b>Малоподвижные игры</b>	«Горелки»	«Возьми флажок»	«Маланья»	«Стоп» «

### Март

#### 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

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, добываясь 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.

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

<b>1-я часть Вводная</b>		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»		
<b>ОРУ</b>	Комплекс № 5	Комплекс № 9	Комплекс № 7	Комплекс № 10
<b>ОД</b>	1. Ходьба парами по двум параллельным скамейкам. 2. Прыжки в длину с разбега, обращая внимание на приземление 3. Лазание по гимнастической стенке произвольным способом, переход на соседний пролет. 4. Ходьба по наклонной доске	1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Прыжки на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между коленей. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; 4. Прыжки в длину с разбега на мат, обратить внимание на толчок.	1. Лазание по гимнастической стенке по диагонали приставным шагом. 2. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м). 3. Ходьба боком приставным шагом по канату. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину.	Игровые упражнения: 1. «Кто быстрее соберется?» 2. «Перебрось - поймай». 3. «Дни недели». Эстафеты: 4. Бег со скакалкой. 5. «Рыбак и рыбаки» 6. «Мяч через сетку». 7. «Быстро разложи - быстро собери».
<b>Подвижные игры</b>	«Ловля обезьян»	«Гуси – лебеди»	«Охотники и зайцы»	«Паук и мухи»
<b>Малоподвижные игр</b>	«Сбей все пять»	«Совушка»	«Домики»	«Мышеловка».

### 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**

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.

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
<b>Виды детской деятельности</b>				
<b>Вводная</b>		Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.		
<b>ОРУ</b>	Комплекс № 6	Комплекс № 8	Комплекс № 10	Комплекс № 11
<b>ОД</b>	Мониторинг	1. Прыжки на возвышение (20 см.) 2. Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой (4 м).	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	1. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Быстро по местам». 4. «Тяни в круг». Эстафеты: 1. «Пингвины» 2. «Пробеги - не сбей» 3. Волейбол с большим мячом
<b>Подвижные игры</b>	«Рыбаки»	«Ручеек»	«Горелки»	«Пробеги и не задень»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Запрещенное движение»	«Гуси – лебеди»	«Совушка»	«Зеленый, желтый, красный»

### 2.4.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается ошибками в том числе.

#### Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

#### Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные,

причинно-следственные и родовидовые отношения.

#### **2.4.4. Система взаимодействия с семьями воспитанников**

Учитывая формирующиеся образовательные запросы родителей, педагог стремится учесть их пожелания, узнать их возможности в совместном воспитании дошкольников. С этой целью он проводит беседы с родителями, анкетирование. Такая диагностика предваряет внесение изменений в различные аспекты педагогического процесса ДОУ, требующих участия и поддержки семьи.

##### **Педагогическая поддержка**

педагог организует разные формы взаимодействия — семинары, выставки.

##### **Педагогическое образование родителей**

Осуществляя педагогическое образование родителей, воспитатель учитывает развивающиеся возможности родителей и детей, помогает родителям устанавливать партнерские взаимоотношения с дошкольниками, увидеть перспективы их будущей жизни. Для этого он организует такие встречи с родителями, «Здоровье и ум через игру», «Как воспитать здорового ребенка», «Скоро в школу». В ходе реализации образовательных задач воспитатель использует такие формы, которые помогают занять родителю субъектную позицию, — тренинги, анализ реальных ситуаций, показ и обсуждение видеоматериалов. Развивая педагогическую компетентность родителей, помогая сплочению родительского коллектива, воспитатель продолжает содействовать деятельности родительских клубов.

##### **Совместная деятельность педагогов и родителей**

Опираясь на интерес к совместной деятельности, развивающиеся творческие умения детей и взрослых, педагог делает родителей активными участниками разнообразных встреч, викторин, вечеров досуга, музыкальных салонов и творческих гостиных. Итоговой формой сотрудничества с родителями в старшей группе может стать День семьи, в ходе которого каждая семья планирует и совместно с детьми презентацию своей семьи и организует различные формы совместной деятельности — игры, конкурсы, викторины, сюрпризы, совместное чаепитие детей и взрослых.

#### **2.4.5. Коррекционно-развивающая работа (КРР)**

Подробное содержание КРР описано в ОП ГБДОУ.

#### **2.4.6. Взаимодействие с социальными партнерами различных социокультурных институтов**

Социальными партнерами ГБДОУ являются ИМЦ, ДДЮТ

Взаимодействие осуществляется в соответствии с планом сотрудничества ГБДОУ.

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

#### 3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

- младшая группа 50 мин.
- средняя группа 20 минут
- старшая группа 25 минут
- 30 мин. - подготовительная к школе группа.

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Занятие по физической культуре может быть организована разнообразно:

- по традиционной схеме
- состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- тренировки в основных видах движений
- ритмическая гимнастика
- соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- зачеты, во время которых дети выполняют диагностические задания
- сюжетно - игровые
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой. Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводится спортивные соревнования.

#### 3.1 Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников (занятия по физическому развитию)

Работа по физическому развитию проводится с учётом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников и в соответствии с требованиями Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»;

и Постановление, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)".

Возрастная группа	Продолжительность занятия по физическому развитию	Продолжительность частей занятия			Количество образовательных Занятий по физическому развитию в неделю
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
2-я младшая группа	15 мин	2 мин.	12 мин.	1 мин.	2
Средняя группа	20 мин	3 мин	15 мин	1 мин	2
Старшая группа	25 мин	4 мин.	19 мин.	2 мин.	2
Подготовительная к школе группа	30 мин	5 мин.	22 мин.	3 мин.	2

### 3.2. Режим двигательной активности (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)

№	Содержание	Особенности организации		
<b>1. Физкультурно- оздоровительная деятельность</b>				
1.1.	Утренняя зарядка	2-младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная группа
Ежедневно, длительностью 10 минут				
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно между периодами непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз) не менее 10 минут.		
1.3.	Физкультминутка	Постоянно, по мере необходимости в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности. Длительностью от 3-5 минут.		
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 10 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 15- 20 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 25- 30 минут.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 10 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12-15 минут.

1.6.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 10 минут.		
	контрастным и воздушными ваннами.			
<b>2. Занятия</b>				
2.1.	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 10 минут.	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 15 минут.	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более от 25 до 30 минут.
<b>3. Самостоятельная образовательная деятельность</b>				
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.		
<b>Физкультурно- массовые мероприятия (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)</b>				
4.1.	Неделя здоровья (во время школьных каникул)	Два- три раза в год (последняя неделя квартала)		
4.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц. Длительностью не более 15 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 20 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 40 минут.
4.3.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год. Длительностью не более 30 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 40 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 60 минут.
4.4.	Игры – соревнования между группами	-	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 20 минут.	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 30 минут.
<b>5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ГБДОУ и семьи (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)</b>				
5.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.		
5.2.	Физкультурные мероприятия детей совместно с родителями	Согласно Плана работы с родителями. По желанию родителей и детей		
5.3.	Участие родителей в физкультурно- оздоровительной работе	Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья,		



Двигательный режим разработан с учётом действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Двигательный режим обеспечивает, рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

### 3.3 Комплексная система физкультурно - оздоровительной работы

Разделы и направления работы	Группы	Ответственный	
<b>1. Использование вариативных режимов дня и пребывания в ГБДОУ</b>			
Типовой режим дня по возрастным группам	Все группы	Заведующий Медсестра, Ст. воспитатель	
Индивидуальный режим дня			
Коррекция й нагрузки			
<b>2. Психологическое сопровождение развития</b>			
Создание психологически комфортного климата в ДОУ	Все группы	Заведующий  Ст. воспитатель  Воспитатели  Врач	
Обеспечение педагогами положительной мотивации всех видов детской деятельности			
Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми			
Формирование основ коммуникативной деятельности у детей			
Диагностика и коррекция развития			
Медико-педагогическая поддержка ребёнка в адаптационный период			
<b>3. Разнообразные виды организации двигательной активности</b>			
<b>Регламентированная деятельность</b>			
Утренняя зарядка	Все группы	Инструктор по физической культуре медсестра ст. оспитатель	
Бодрящая гимнастика			
Занятия по физическому развитию			
Динамические паузы	Кроме групп младшего возраста		
<b>Частично регламентированная деятельность (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)</b>			
Спортивные досуги	Все группы		
Спортивные игры			
Подвижные игры на воздухе и в помещении	Кроме групп раннего	Инструктор по физической культуре Медсестра Ст.	
Дни здоровья			
Спортивные праздники			

	возраста	воспитатель
<b><i>Нерегламентированная деятельность</i></b>		
Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Воспитатели
<b><i>4. Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни</i></b>		
Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Все группы	Воспитатели
Воспитание общих и гигиенических навыков, интересов и любви к физической активности		Инструктор по физической культуре
Формирование основ безопасности жизнедеятельности		Ст. воспитатель
<b><i>5. Оздоровительное и профилактическое сопровождение</i></b>		
Режим теплового комфорта в выборе одежды для каждой возрастной группы	Все группы	Воспитатели ст. воспитатель  медсестра
Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна		
Местные и общие воздушные ванны		
Дыхательные комплексы		
<b>Закаливающие</b>		
Световоздушные и солнечные ванны в весенне- летний сезон		
Хождение по мокрым дорожкам		
Водные процедуры-в весенне- летний сезон		
<b>Профилактические</b>		
Профилактика ОРВИ и гриппа		
Комплексы профилактики нарушения осанки и плоскостопия	Все группы	
Профилактика нарушения зрения		
Профилактика кариеса	Все группы	
<b><i>6. ГБДОУ питания</i></b>		
Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами	Все группы	медсестра
Щадящий стол	Дети-аллергики	
Формирование культуры здорового питания	Все группы	

### Формы закаливания

В соответствии с инструкцией и учётом индивидуальных особенностей детей.

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7/8 лет
Утренняя зарядка (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босоногохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 10 мин	до 15 мин	до 25 мин	до 30 мин
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15 мин	до 20 мин	до 25 мин	До 30 мин

### 3.4 Формы планирования разработанные в ДОУ

В ДОУ введены формы планирования, разработанные педагогическим коллективом в дополнение к календарно-тематическому и утвержденные педагогическими советами :

- перспективный план взаимодействия семьями воспитанников
- перспективный план досуговой деятельности
- перспективный план взаимодействия с педагогами

#### План взаимодействия с родителями воспитанников (мл. возр)

Месяц	Содержание
Сентябрь	<b>Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию». «Адаптация детей в ДОУ» Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками</b>
Октябрь	<b>Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и ОРВ»</b>
Ноябрь	<b>Индивидуальные консультации.</b>

	<b>«Двигательная активность в домашних условиях»</b>
Декабрь	<b>Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации</b>
Январь	<b>Семейное фото «Зимние игры и забавы»: «Зимние игры и забавы»</b>
Февраль	<b>Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду</b>
Март	<b>Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»</b>
Апрель	<b>Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Май	<b>Организация совместного досуга, индивидуальные консультации и беседы</b>
Июнь	<b>«Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Июль	<b>«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.</b>
август	<b>«Причины детского дорожно-транспортного травматизма»</b>

#### План взаимодействия с родителями воспитанников (ср.возр)

Месяц	Содержание
Сентябрь	<b>Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию». «Адаптация детей в ДОУ»</b>
Октябрь	<b>Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции»</b>
Ноябрь	<b>Индивидуальные консультации. «Двигательная активность в домашних условиях»</b>
Декабрь	<b>Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации</b>
Январь	<b>Семейное фото «Зимние игры и забавы», «Зимние игры и забавы»</b>
Февраль	<b>Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду</b>
Март	<b>Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»</b>
Апрель	<b>Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Май	<b>Организация совместного досуга, индивидуальные консультации и беседы</b>
Июнь	<b>«Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Июль	<b>«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.</b>
август	<b>«Причины детского дорожно-транспортного травматизма»</b>

#### План взаимодействия с родителями воспитанников (старшая группа)

Месяц	Содержание
Сентябрь	<b>Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию. Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками</b>
Октябрь	<b>Привлечение к участию в совместном досуге в ДОУ Информация для родителей на информационном стенде: «Как одеть детей для занятий в спортивном зале»</b>

Ноябрь	<b>Индивидуальные консультации по ознакомлению с результатами мониторинга по физическому развитию.</b>
Декабрь	<b>Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации</b>
Январь	<b>Совместный досуг на свежем воздухе «Зимние игры и забавы» Ширма: «Зимние игры и забавы»</b>
Февраль	<b>Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду</b>
Март	<b>Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»</b>
Апрель	<b>Досуг «День здоровья»</b>
Май	<b>Рекомендации по спортивным и подвижным играм, которые можно проводить летом вне детского сада, индивидуальные консультации и беседы «Лето без опасностей»</b>
Июнь	<b>Ширма: «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Июль	<b>Ширма: «Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.</b>
август	<b>Ширма: «Причины детского дорожно-транспортного травматизма»</b>

**План взаимодействия с родителями воспитанников подготовительной группы**

Месяц	Содержание
Сентябрь	<b>Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию». Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками</b>
Октябрь	<b>Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции»</b>
Ноябрь	<b>Индивидуальные консультации. «Двигательная активность в домашних условиях»</b>
Декабрь	<b>Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации</b>
Январь	<b>Семейное фото «Зимние игры и забавы» «Зимние игры и забавы на свежем воздухе»</b>
Февраль	<b>Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду</b>
Март	<b>Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»</b>
Апрель	<b>Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Май	<b>Организация совместного досуга, индивидуальные консультации и беседы</b>
Июнь	<b>Консультация «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.</b>
Июль	<b>«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.</b>
август	<b>Ширма: «Причины детского дорожно-транспортного травматизма»</b>

### 3.5 Обеспеченность материалами и средствами обучения и воспитания

#### 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;

Среда зала построена с учётом стимулирования физической активности детей, желания двигаться, познавать, побуждает к подвижным играм (см.инфраструктурный лист спортивного зала).

Совместно с воспитателями в каждой возрастной группе создан центр движения. Оснащение центра постоянно сменяется (в соответствии с задачами)

#### Технические средства обучения

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются
Мультимедийное оборудование	1 шт. в методическом кабинете
Презентации и демонстрационные диски	Имеются и обновляются

### Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

#### Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Л.Д. Глазырина «Физическая культура дошкольникам» (Средний возраст) М.»Владос» 2017</li> <li>2.Л.Д.Глазырина «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» М.»Владос» 2016</li> <li>3.Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет» М. «Просвещение» 2016</li> <li>4. Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду»(Средняя группа) М. «Мозаика-Синтез» 2018</li> <li>5. Н.Н. Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Самодурова «Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях» М. «АКАДЕМА» 2017</li> <li>6. О.Н.Моргунова «Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ 2016</li> <li>7. О.Н.Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ» Метода Воронеж 2015</li> <li>8.Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Борисова «Теория и методика</li> </ol>

- физического воспитания детей дошкольного возраста» (Схемы и таблицы) М.»Владос» 2015
- 9.В.В.Гаврилова «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет планирование, конспекты занятий» Волгоград «Учитель» 2017
- 10.Т.Г.Анисимова, Е.Б.Савинова «Физическое развитие детей 4-7 лет (Планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги. Волгоград «Учитель» 2017
- 11.Н.М.Муллаева «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» СПб «Детство-пресс» 2015
- 12.М.А.Рунова «Двигательная активность ребенка в детском саду» Москва «Мозаика-Синтез» 2016
13. Н.Ч.Железняк, У.Ф. Желобкович «100 комплексов ОРУ для дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования»2016
14. К.К.Утробина« Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2017
15. М.Н.Попова «Навстречу друг другу» (методические рекомендации) Ленинградский областной институт развития образования 2016
- 16.А.А.Потапчук, Г.Л.Лукина «Фитбол-гимнастика в дошкольном возрасте» Спб Государственная академия физической культуры им П.Ф.Лесгафта 2015
- 17.Е.Н.Вавилова «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» 2017
18. Н.И.Николаева «Школа мяча» 2018
19. М.Н.Дедулевич «Играй- не зевай» ( подвижные игры с дошкольниками) 2017
20. Е.Г.Сайкина, Ж.Е.Фирилева «Физкульт-привет! Минуткам и паузам» 2016
21. В.Я.Лысова, Т.С.Яковлева «Спортивные праздники и развлечения»( сценарии дошкольный возраст) 2017
22. А.Русаков «Подвижные игры» 2016
23. В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак «Физкультурные праздники в детском саду» 2015
24. М.Ю.Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-7 лет» 2016
25. М.А.Давыдова «Спортивные мероприятия для дошкольников» (4-7 лет) 2016
26. Е.И.Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет» 2015
- 27.Т.И.Осокина «Детские подвижные игры народов СССР» 2016
28. П.П.Буцинская «ОРУ в детском саду» 2016
- 29.В.В.Нечепуренко «Формирование здорового образа жизни дошкольников» Спб, 2017
30. В.В.Колбанов «Валеологический практикум» 2018
- 31.В.В.Вершинина «Основы психической и физической саморегуляции» 2016
32. С.О.Филиппова «Олимпийское образование дошкольников» 2017
33. Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье» (методическое пособие)» 2016
34. Я.С.Вайбаум «Гигиена физического воспитания» 2015
35. С.А.Пономарев «Растите малышей здоровыми» 2017
- 36.С.А.Полиевский «Физкультура и закаливание с семье» М. «Медицина» 2016
37. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., СтеркинаР.Г.«Основы безопасности жизнедеятельности детей». 2015
38. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для

	<p>занятий с детьми 3-7 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2016</p> <p>39. Пензулаева Л. И. ФГОС Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2017</p> <p>40. Пензулаева Л. И. ФГОС Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2017</p> <p>41. Степаненкова Э. Я ФГОС Сборник подвижных игр (2-7 лет) М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2016</p> <p>42. . Алямовской В.Г. Как воспитать здорового ребенка. - М.: Линка-пресс, 1993.</p> <p>43. . Князева О.Л., Махнёва М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуре: Программа. Учебно-методическое пособие. – 2-е изд. – СПб: Детство-Пресс, 1998.</p> <p>Наглядно-дидактические пособия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вохринцева С., Демонстрационный материал для педагогов и родителей Виды спорта. Летние виды спорта</li> <li>- Вохринцева С., Демонстрационный материал для педагогов и родителей Виды спорта. Зимние виды спорта</li> <li>- Вохринцева С., Окружающий мир. Дидактический материал ЛЕТНИЕ - ВИДЫ СПОРТА, Издательство «Страна Фантазий»</li> </ul> <p>Ж.Е.Фирилува, Е. Г.Сайкина «СА-ФИ-ДАНСЕ» Детство Пресс 2016 г.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».</li> <li>- Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».</li> <li>- Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».</li> <li>- Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».</li> </ul>
--	--

### 3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

#### СПРАВКА О МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ спортивного зала:

Образовательная среда в ДОУ предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного возраста. Под развивающей предметно-пространственной средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, которое обеспечивает активную жизнедеятельность ребенка, становление его субъективной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Требования к организации развивающей предметно – пространственной среды.

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства, физкультурного (спортивного) оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления здоровья.

2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность самостоятельной, совместной со сверстниками деятельности. Должны быть также включены предметы для совместной деятельности детей и взрослых.

3. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

- Содержательно-насыщенной, развивающей (образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания, в том числе техническими, соответствующими игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, обеспечивающими игровую, познавательную, двигательную активность);

- Трансформируемой (возможность изменения предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации и предоставлять достаточное место для двигательной активности);



- Полифункциональной (возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды);
- Вариативной (наличие разнообразных игр, оборудования и инвентаря, обеспечивающих свободный выбор и активность детей);
- Доступной (доступность всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, свободный доступ детей к играм, пособиям, инвентарю, исправность и сохранность оборудования);
- Безопасной (соответствие всех элементов среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования);
- Дидактической (игровые средства могут использоваться как средства обучения детей);
- Здоровьесберегающей (элементы развивающей предметно-пространственной среды могут решать задачи по становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами);
- Эстетически-привлекательной.

1. Обруч большой (диам 95см) 10шт
2. Обруч малый (диам.50 см.) 30 шт.
3. Обруч большой (диам.90 см.) 8 шт.
4. стенка гимнастическая деревянная (высота 270 см, ширина пролета 75 см, ширина рейки 4 см.) 2шт.
5. Щит баскетбольный навесной с корзиной (дл.57 см, ширина 57 см.) диаметр корзины 32 см, сетки 47 см 2 шт.
6. Мат гимнастический (дл.200 см. ширина 79 см. высота 6 см) 2шт
7. Мат гимнастический (дл.100 см. шир 100 см. высота 12 см) 1 шт.
8. Батут детский (диаметр 115 см.) 1 шт.
9. Скамейка гимнастическое (длина 200 см. ширина 25см, высота 30 см) 4 шт.
- Скамейка гимнастическая (дл.400см. ширина 23 см, высота 32 см. \_ 1 шт.
10. Фишки, конусы, стойки 22 шт.
11. Мяч средний резиновый (диам 23 см) 15 шт.
12. Мяч большой резиновый (диам 35 см) 20 шт.
13. Мяч массажный (диам 12 см) 12 шт.
14. Мяч набивной (диам 30 см) 4 шт.
15. Мяч баскетбольный (диам 28 см) 4 шт.
16. Мягкие модули 10 сегментов
17. Тонель детский 2шт.
18. Кегли 30 шт.
19. Набор для спортивных игр 2 шт.
20. Валики цветные 6 шт.
21. Бадминтон 2 комплекта.
22. Наборы для гольфа 4 штуки.
23. Ходунки 4 шт.
24. Лента гусеница 2 шт.
25. Детская сенсорная дорожка (дл 3 м.).
26. Массажные коврики 3 шт.
27. Корзина баскетбольная на стойке 2 шт.
28. Палки гимнастические короткие (дл 70 см) 15 шт.
29. Палки гимнастические длинные (дл 120 см) 15 шт.
30. Ключки 6 шт.
31. Комплект для ПДД
32. Лента на кольце короткая 20 шт.
33. Лента длинная на кольце 20 шт.
34. Кольцебросы 2 шт.
35. Массажные мячики малые 25 шт.
36. Мешки с грузом 150 гр. 25 шт.
37. Скакалка короткая 15 шт.

- 38. Скакалка длинная 25 шт.
- Кубики цветные 30 шт.
- 39. Флажки разноцветные 30 шт.
- 40. Гантели с песком 30 шт.
- 41. Дуги средние 4 шт.
- 42. Булавы 8 шт.
- 43. Канат тонкий 1 шт.
- 44. Канат широкий 1 шт.
- 45. Бревно гимнастическое напольное диам 15 см 1 шт.
- 46. Стойка переносная 4 шт.
- 47. Беговая дорожка (тренажёр) 1 шт.
- 48. Массажная ребристая доска 1 шт.
- 49. Мячи фитбольные (диам 65 см) 4 шт.
- 50. Змейка шагайка 2 шт.

#### **IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.**

##### **4 Аннотация к рабочей программе.**

Рабочая программа инструктора по физической культуре является возрастным модулем образовательной программы дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада 37 Кировского района Санкт-Петербурга», утвержденной приказом 111-АХД 31.08.2023, которая разработана по структуре в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО, по содержанию на основе образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20 мая 2023 протокол от №2/15 и размещенной в реестре примерных основных образовательных программ.

Рабочая программа разработана на период 2023-2024 учебного года и определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса, направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей. Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Структура и содержание рабочей программы соотносится со структурой и содержанием образовательной программы ДОУ, ориентируясь на конкретную образовательную область «Физическое развитие» (детей 3-7 лет)

Программа состоит из трех основных разделов: «Целевого», «Содержательного», «Организационного» и «Дополнительного».

**Целевой раздел** включает пояснительную записку, определяет цели и задачи ее реализации; рассматривает значимые для реализации характеристики: возрастные и индивидуальные особенности контингента воспитанников. В целевом разделе представлены условия и методы проведения педагогической диагностики и планируемые результаты освоения Программы воспитанниками ДОУ.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, содержит характеристику контингента детей группы и информацию о реализуемых парциальных программах и технологиях.

**В содержательном разделе** приводится комплексно-тематическое планирование для возрастных групп, с которыми проводится работа по физическому развитию; форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, способы и направления поддержки детской инициативы.

В части, формируемой участниками образовательных отношений представлено:

- формы перспективного планирования, разработанные в ДОУ;
- система взаимодействия с семьями воспитанников;
- организация коррекционно-развивающей работы
- взаимодействие с социальными партнерами

**В организационном разделе, который, по сути, является частью, формируемой участниками образовательной деятельности** представлены:

- особенности проектирования образовательной деятельности
- перспективное планирование, разработанное в ДОУ;
- комплексная система физкультурно-оздоровительной работы;
- обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания
- особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале.

**В дополнительном разделе** размещено краткое описание рабочей программы педагогов (аннотация).

