

Лангепасское городское муниципальное  
автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №4 «Солнышко»

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
ЛГ МАДОУ  
«Детский сад № 4 «Солнышко»  
Протокол «31» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО:  
И.о. заведующего ЛГ МАДОУ  
«Детский сад №4 «Солнышко»  
О.С. Енгибарова  
от «01» сентября 2023 г. № 520



**Рабочая программа**  
**по реализации основной образовательной программы**  
**дошкольного образования**  
**Образовательная область «Физическое развитие»**  
**ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко»**  
**на 2023-2024 учебный год**

**Инструктор по физической культуре:**  
Сашко Л.Н.  
первая квалификационная категория

## Оглавление

<b>Раздел I</b>		
<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>		
1.1.	Пояснительная записка	2
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	3
1.1.2.	Принципы формирования Программы	4
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	4
1.2.	Планируемые результаты реализации Программы	7
1.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	10
<b>Раздел II</b>		
<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>		
2.1.	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие»	28
2.1.1.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	31
2.1.2.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	34
2.1.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	36
2.1.4.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	40
2.1.5.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	41
2.2.	Рабочая Программа воспитания	42
2.3.	Целевой раздел Программы воспитания. Пояснительная записка	43
2.4.	Содержательный раздел Программы воспитания	44
2.5.	Организационный раздел Программы воспитания	45
2.6.	Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений	47
<b>Раздел III</b>		
<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
3.1.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	49
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	51
3.3.	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	53
3.4.	Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы	55
3.5.	Кадровые условия реализации Программы	56
3.6.	Режим и распорядок дня	58
3.7.	Федеральный календарный план воспитательной работы	60
<b>Раздел IV</b>		
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
4.1.	Краткая презентация	64
4.2.	<b>Приложение 1</b> Календарный тематический учебный график	69
4.3.	<b>Приложение 2</b> Календарный учебный график	69
4.4.	<b>Приложение 3</b> Учебный план реализации ООП с учетом образовательной нагрузки	70
4.5.	<b>Приложение 4</b> Сетка занятий	70

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Общеизвестно, что основы здоровья человека закладываются в детстве, поэтому сущность физкультурно-оздоровительной работы в ДОО состоит в том, чтобы для каждого ребёнка дошкольного возраста выбрать подходящую форму двигательной активности.

«Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности» - в этом заключается основная направленность программы. Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью работы нашего дошкольного учреждения.

Данная рабочая программа реализует образовательную область «Физическое развитие» основной образовательной программы дошкольного образования Лангепасского муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад №4 «Солнышко», разработанной на основе федеральной образовательной программы дошкольного образования (приказ Минпросвещения России от 25.11.2022г. №1028). Программа разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. №874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022г., регистрационный № 70809). Нормативно-правовой базой для разработки Программы ДОО является:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384) с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. №31.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. №32 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20», «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599).
7. Устав ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко», утвержденный постановлением администрации города Лангепаса от 02.07.2020г. № 237 (далее – Устав).

Также используются методические рекомендации программы физического воспитания детей под редакцией Л.Д. Глазыриной; методических разработок Л.И. Пензулаевой, Э.Н. Степаненковой, Е.Н. Вареник, С.Г. Кирилловой Ю.А. Сергиенко, И.М. Новиковой, Е. И. Подольской, Н. М. Соломенниковой, Т. Г. Анисимовой, С. Н. Теплюк.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

**В целевом разделе** представлены: цели, задачи, принципы её формирования; значимые для разработки и реализации Программы характеристики; планируемые результаты освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

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

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

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

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

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

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

Представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Дополнительным разделом Программы является текст ее краткой презентации.

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

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 3-х лет до 7(8)-ми лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

### **1.1.1. Основные цели и задачи рабочей программы**

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

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

- 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.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

При разработке Программы учитывались следующие значимые характеристики: географическое месторасположение дошкольной образовательной организации; характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

## **Социокультурное окружение**

Социокультурные особенности Ханты-Мансийского автономного округа – Югры также не могут сказаться на содержании психолого-педагогической работы в ДООУ: ведущие отрасли экономики обуславливают тематику ознакомления детей с трудом взрослых: нефтяников, газовиков, строителей; в округе проживают малочисленные народы Севера, воспитанников знакомят с условиями жизни, промыслами народов ханты, манси; систематически дети посещают этнографические выставки, музеи, совершают экскурсии по городу, на предприятия нефтяников, в природу. Социокультурные мероприятия в работе с детьми позволяют адаптировать ребенка к социуму и школьному обучению.

## **Климатические особенности региона**

В основной общеобразовательной программе дошкольного образования Учреждения учитываются специфические климатические особенности региона, к которому относится город Лангепас – Ханты-Мансийский автономный округ – Югра. Климатические условия Ханты-Мансийского автономного округа-Югры имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней, низкая температура. Исходя из этого, в образовательный процесс Учреждения включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости.

Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это период когда закладывается фундамент его здоровья, физического и психического развития. От того, как организовано воспитание и обучение ребёнка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни.

Сохранение здоровья детей, проживающих в условиях Севера, является одной из актуальных проблем современной медицины и педагогики. Экстремальные климатические условия влияют не только на состояние здоровья, но и способствует созданию иной модели, образа жизни с собственным ритмом, привычками и особенностями. Эти особенности необходимо учитывать при организации жизни детей в ДООУ.

Прежде всего к ним относятся: трудности двойной адаптации (к климатическим особенностям региона после отпуска и к условиям детского сада одновременно); негативное влияние природных факторов на организм ребёнка; существенное снижение общей работоспособности в критические периоды года (активированные дни, низкая температура воздуха С -40 и более); короткий день, нехватка кислорода; длительное пребывание в закрытом помещении и непродолжительные прогулки на воздухе. При организации жизни детей в группе, кроме основных принципов построения режима учитываются особенности конкретного сезонного периода года и их влияние на:

- состояние и функционирование органов и систем организма ребёнка;
- уровень общей работоспособности;
- возникновение естественных движений.

В зависимости от погодных условий и расположенности площадки детского сада разработан график прогулок с учетом зависимости продолжительности прогулок от температурного режима.

## **Национально-культурный состав воспитанников Учреждения**

При организации образовательного процесса в Учреждении учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. Содержание дошкольного образования в Учреждении включает в себя вопросы истории и культуры народов ханты и манси. Дошкольников знакомят с самобытностью и уникальностью национальной культуры. Дети знакомятся с предметным миром, различными видами фольклора (сказки, песенки,

хороводы, и т.д.), праздниками и традициями, играми, народной декоративной росписью. Приобщение детей к народной культуре является средством формирования у них патриотических чувств и любви к родному краю.

Благополучный микроклимат в Учреждении способствует благополучному, радостному, комфортному пребыванию детей в детском саду, что положительно сказывается на психическое, физическое, нравственное здоровье воспитанников.

### **Характеристики особенностей физического развития детей 3 - 7(8) лет**

#### **3 – 4 года:**

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. - всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

3-4-летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).

#### **4 – 5 лет**

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 шт.) 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.

#### **5 – 6 лет**

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость.

Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек - мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

### **6 – 7 лет**

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

## **1.2. Планируемые результаты реализации Программы**

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

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

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

Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с



неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов.

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

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

#### **К трем годам:**

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;
- ребёнок с желанием играет в подвижные игры;
- ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);
- ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение; ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели.

#### **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;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности.

#### **К 5 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;

- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;

- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;

- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу.

#### **К шести годам:**

- 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;

- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;

- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

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

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками;
- ребёнок проявляет интерес к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

### **1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

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

Цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы проводится оценка физического развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики.

Педагогическая диагностика направлена на оценку физического развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

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

Периодичность проведения педагогической диагностики в ДОО - 2 раза в год: на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка. (ФОП стр.5-17).

Педагогическая диагностика в ДОО построена с учетом целевых ориентиров ФГОС ДО, планируемых результатов реализации ФОП ДО и методических рекомендаций по реализации ФОП ДО.

### **Система оценки достижения планируемых результатов**

Для диагностики физического развития воспитанников используются диагностические тесты по методике М. А. Руновой. Целью обследования является определение усвоения программного материала по физической культуре и планирование индивидуальной работы с отстающими воспитанниками. Данная методика была принята и утверждена, как единая для всех, в работу на городском методическом объединении инструкторов по физкультуре. Включает в себя следующие тестовые упражнения:

- челночный бег 3\*10 м;
- прыжок в длину с места;
- подбрасывание и ловля мяча;
- отбивание мяча о пол;
- наклон вперед из положения сидя;
- подъем туловища из положения лежа;
- бросок теннисного мяча в цель (6 м.).

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие»**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей

здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **От 3 лет до 4 лет**

**Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

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

### **Основные движения:**

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке,

за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3 - 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

- ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

- бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м;

- прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см);

- упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения, сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

- музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

#### **Строевые упражнения:**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

#### **Активный отдых.**

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

#### **От 4 лет до 5 лет.**

#### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребенка, 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. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

#### **Основные движения:**

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

- ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего;



в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

- бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

- прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе- ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

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

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

#### **Общеразвивающие упражнения:**

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

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

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

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

#### **Ритмическая гимнастика:**

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

### **Строевые упражнения:**

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

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

Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

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

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полулечкой".

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

### **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов. Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе,

продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

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

### **От 5 лет до 6 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### **Содержание образовательной деятельности.**

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

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

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

**Основные движения:**

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5 - 6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

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

- бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5 - 2 мин; медленный бег 250 - 300 м; быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

- прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

- прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

- упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на доске, лежащей на полу; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

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

#### **Общеразвивающие упражнения:**

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

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

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

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

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

#### **Ритмическая гимнастика:**

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

#### **Строевые упражнения:**

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

Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами

соревнования, играх- эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

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

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

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

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

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на 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 "ступающим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

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

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках,

взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **Активный отдых.**

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

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

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

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

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

#### **От 6 лет до 7 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр- эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

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

### **Основные движения:**

- бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения, стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому);

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват



каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

- ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

- бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2 - 3 минут; быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

- прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

- прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами;

- упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

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

#### **Общеразвивающие упражнения:**

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и

- последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

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

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

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### **Ритмическая гимнастика:**

- музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

#### **Строевые упражнения:**

- педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2 - 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

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

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

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

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

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

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

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

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

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; поднятие на горку "лесенкой", "елочкой".

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10 - 15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт,

борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

#### **Активный отдых.**

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

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

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.

### **2.1.1. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы**

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

#### **В дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):**

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

#### **Методы реализации Программы**

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

#### **Методы воспитания и обучения по ФОП**

<b>Для достижения задач воспитания</b>	<b>При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:</b>
1. Метод организации опыта поведения и деятельности: приучение к положительным	1. При использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения: распознающее

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

### Специальные методы физического обучения:

Метод	Содержание
1. Модельный метод обучения	Обучение ребенка происходит по определённой модели: объяснение-показ-выполнение-коррекция-выполнение-автоматизация.
2. Соревновательный метод	Метод способствует практическому освоению основных видов движений и общеразвивающих движений.
3. Метод круговой тренировки	Метод подразумевает выполнение нескольких видов физических упражнений сериями, по кругу. Характеризуется последовательным выполнением упражнений в процессе прохождения «станций», расположенных по кругу. Благодаря этому в работу последовательно включаются все группы мышц.
4. Метод проблемного обучения движениям	Состоит в том, что в двигательную деятельность ребенка вносится проблемная ситуация. Это делает обучение более интересным и увлекательным.

5. Метод строго регламентированного упражнения	Обладает большими педагогическими возможностями. Он позволяет: 1) осуществлять двигательную деятельность дошкольника по твердо предписанной программе (по подбору упражнений, их связкам, комбинациям, очередности выполнения и т.д.); 2) строго регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния ребенка и решаемых задач; 3) точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки; 4) избирательно развивать физические качества; 5) эффективно осваивать технику физических упражнений.
6. Метод творческих физических заданий	Благодаря творческим заданиям ребенок придумывает комбинации физических движений, варианты подвижных игр, сочиняет свои новые игры.

### Средства реализации Программы

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

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

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

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

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

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

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

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

Образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» включает:

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

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

### Варианты совместной деятельности

№	Содержание совместной деятельности инструктора по физкультуре и детей
1	Совместная деятельность инструктора по физкультуре с ребёнком, где он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому.
2	Совместная деятельность ребёнка с инструктором по физкультуре, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры.
3	Совместная деятельность группы детей под руководством инструктора по физкультуре, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей.
4	Совместная деятельность детей со сверстниками без участия инструктора по физкультуре, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей.

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

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

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

Эту информацию инструктор по физкультуре может получить в процессе наблюдения за двигательной активностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды физкультурной деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации создаются условия для



свободного выбора детьми вида деятельности, оборудования, участников, для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей.

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

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

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

**Образовательная деятельность в режимных процессах** имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами физического воспитания, обучения и развития ребёнка.

### Образовательная деятельность в режимных процессах

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

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

### **Культурные практики**

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

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

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

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

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

### **Основные формы организации культурных практик по оздоровлению и физическому развитию детей**

№	Вид деятельности	Культурные практики
1.	<b>Игровая деятельность</b>	- игры с бегом, игры с прыжками, игры с ходьбой, игры с мячом, игры с элементами соревнований и др.

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

### 2.1.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

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

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в детский сад, и вторая половина дня.

Любая физическая активность ребёнка может протекать в форме самостоятельной

инициативной деятельности, например:

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

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

1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;

2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в области оздоровления и спорта, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов этой деятельности;

3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

5) создавать условия для развития произвольности в двигательной деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

6) поощрять и поддерживать желание детей получить результат в физическом развитии, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности по физкультуре, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Особое внимание следует уделить организации **вариативной развивающей**

**предметно-пространственной среде:** Центрам двигательной активности, ЗОЖ-студиям.

Необходимо:

- периодически менять и обновлять предметное содержание Центров;
- предлагать воспитанникам полифункциональные игры и игрушки;
- обогащать развивающую среду предметами и пособиями, которые стимулируют познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей;
- обеспечить свободный выбор детьми материала, как по его качеству, так и по количеству.

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

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

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

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

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

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

#### **2.1.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

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

**Задачи взаимодействия**

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

### **Принципы взаимодействия в соответствии с ФООП**

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

<b>№</b>	<b>Направление</b>	<b>Содержание</b>	<b>Методы, приемы и способы</b>
1.	<b>Диагностико-аналитическое</b>	Включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении физического развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с	Опросы, анкеты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); Дни открытых дверей, открытые просмотры

		учётом результатов проведенного анализа.	физкультурных занятий, приглашение на развлечения, спортивные праздники и другие мероприятия.
2.	<b>Просветительское</b>	Предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей оздоровления и физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией в области сохранения и укрепления здоровья дошкольников; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы, технологий и методик физического развития; содержании и методах образовательной работы с детьми.	Родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО и инструктором по физкультуре для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайт ДОО, страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий; совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными

			традициями и др.
<b>3.</b>	<b>Консультационное</b>	Объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем в физическом воспитании и обучении детей, в том числе в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.	

### План работы с родителями

№	Мероприятия и формы работы	Срок	Ответственные
<b>Информационно-аналитический блок:</b>			
1.	Анкетирование родителей	Сентябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
2.	Родительские собрания	В течение года	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
<b>Досуговый блок (спортивные досуги совместно с родителями):</b>			
1.	Конкурс рисунков «Зимние виды спорта»	Январь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
2.	«День защитника Отечества»	Февраль	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
3.	Проект «Книга здоровья»	Март	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
4.	Фотоконкурс «Моя спортивная семья»	Апрель	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
<b>Познавательный блок (консультации):</b>			



1.	«Спортивная форма вашего малыша», «Упражнения для профилактики нарушений осанки».	Сентябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
2.	«Путь здоровья ребенка лежит через семью»	Октябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
3.	«Особенности закаливания детей в детском саду и в домашних условиях»	Ноябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
4.	«Развитие физических способностей детей», «Игры и забавы с детьми от 3 до 7 лет зимой на улице».	Декабрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
5.	«Плоскостопие и его профилактика»	Январь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
6.	«Красивая осанка»	Февраль	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
7.	«Оздоровляющие игры для часто болеющих детей»	Март	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
8.	«Босиком за здоровьем»	Апрель	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
9.	«Чем занять ребенка летом», «Как правильно выбрать спортивную секцию»	Май	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре

### 2.1.5. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

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

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

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

Проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых

психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе.

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

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

### **Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа в ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР осуществляют педагоги, педагоги-психологи, дефектологи, логопеды и другие специалисты.

Направления:

- профилактическое: проведение необходимой профилактической работы с детьми с целью предупреждения проявления отклонений в развитии ребенка;
- диагностическое: раннее выявление и диагностика уровня интеллектуального развития детей дошкольного возраста;
- коррекционно-педагогическое: разработка программ, соответствующих психофизическим и интеллектуальным возможностям детей;
- организационно-методическое: организация консультационно-методической помощи воспитателям по вопросам обучения и воспитания дошкольников с проблемами в развитии;
- консультативно-просветительское: организация консультативно – просветительской работы по пропаганде знаний из области коррекционной педагогики и специальной психологии среди родителей;
- координирующее: ключевая позиция в комплексном сопровождении детей с проблемами в развитии принадлежит воспитателю подгруппы; координирует профессиональную деятельность педагог-психолог;
- контрольно-оценочное: анализ результативности комплексной коррекционной работы с детьми дошкольного возраста, имеющих различные нарушения.

Цели коррекционной работы:

- Раннее выявление отклонений в развитии детей дошкольного возраста с целью предупреждения вторичных отклонений;
- Коррекция имеющихся нарушений в развитии детей дошкольного возраста;
- Социальная адаптация и интеграция детей с отклонениями в развитии в среду нормативно развивающихся сверстников.

Задачи КРР:

- определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Программы и социализации в ДОО;
- своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК));
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию; выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;
- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Коррекционно-развивающая работа организуется:

- по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей);
- на основании результатов психологической диагностики;
- на основании рекомендаций ППК.

Коррекционно-развивающая работа реализуется в форме групповых и/или индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Выбор конкретной программы коррекционно-развивающих мероприятий, их количестве, форме организации, методов и технологий реализации определяется организацией самостоятельно, исходя из возрастных особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся.

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК Организации.

В образовательной практике определяются нижеследующие категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

- 1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;
- 2) обучающиеся с особыми образовательными потребностями (ООП):
  - с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
  - обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети); часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребёнком в посещении ДОО;
  - обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;

– одаренные обучающиеся;

3) дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

4) дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

5) обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

КРР с обучающимися целевых групп осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно-развивающих групповых/индивидуальных занятий.

КРР строится дифференцированно, в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития (в познавательной, речевой, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сферах) и должна предусматривать индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения.

Содержание коррекционно-развивающей работы в ДОО включает следующие блоки:

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю (с первых дней пребывания обучающегося в ДОО) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;
- комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;
- изучение уровня общего развития обучающихся (с учётом особенностей нозологической группы), возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;
- изучение индивидуальных образовательных и социально-коммуникативных потребностей обучающихся;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребёнка;
- изучение уровня адаптации и адаптивных возможностей обучающегося; изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребёнка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого-педагогических проблем в их развитии;
- выявление детей-мигрантов, имеющих трудности в обучении и социально-психологической адаптации, дифференциальная диагностика и оценка этнокультурной природы имеющихся трудностей;

- всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребёнка; выявление и изучение неблагоприятных факторов социальной среды и рисков образовательной среды;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

Коррекционно-развивающая работа включает:

- выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ/методик психолого-педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями;
- организацию, разработку и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации;
- коррекцию и развитие высших психических функций;
- развитие эмоционально-волевой и личностной сферы обучающегося и психологическую коррекцию его поведения;
- развитие коммуникативных способностей, социального и эмоционального интеллекта обучающихся, формирование их коммуникативной компетентности;
- коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений;
- создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной познавательной направленностью, высоким уровнем умственного развития или иной направленностью одаренности;
- создание насыщенной развивающей предметно - пространственной среды для разных видов деятельности;
- формирование инклюзивной образовательной среды, в том числе обеспечивающей включение детей иностранных граждан в российское образовательное пространство с сохранением культуры и идентичности, связанных со страной исхода\происхождения;
- оказание поддержки ребенку в случаях неблагоприятных условий жизни, психотравмирующих обстоятельствах при условии информирования соответствующих структур социальной защиты;
- преодоление педагогической запущенности в работе с обучающимся, стремление устранить неадекватные методы воспитания в семье во взаимодействии родителей (законных представителей) с детьми;
- помощь в устранении психотравмирующих ситуаций в жизни ребенка.

Консультативная работа включает:

- разработку рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся с трудностями в обучении и социализации, единых для всех участников образовательных отношений;
- консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся;
- консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребенком.

Информационно-просветительская работа предусматривает: различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы, информационные стенды, печатные материалы, электронные ресурсы), направленные на разъяснение участникам образовательных отношений — обучающимся (в доступной для дошкольного возраста форме), их родителям (законным представителям), педагогическим работникам — вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации; проведение тематических выступлений, онлайн-консультаций для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации.

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами согласно нозологических групп осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО (далее ФАОП ДО). КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами должна предусматривать предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий.

КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми, имеет выраженную специфику. Детям, находящимся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребёнка, объективная зависимость от взрослых (родителей (законных представителей), педагогов), стремление постоянно получать от них помощь). Для детей, находящихся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющих детей, старшего дошкольного возраста характерны изменения в отношении ведущего вида деятельности – сюжетно-ролевой игры, что оказывает негативное влияние на развитие его личности и эмоциональное благополучие. В итоге у ребёнка появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.

Направленность коррекционно-развивающей работы с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми включает:

- коррекцию/развитие коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов;
- снижение тревожности;
- помощь в разрешении поведенческих проблем;
- создание условий для успешной социализации, оптимизация межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Включение ЧБД в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность коррекционно-развивающей работы с одаренными обучающимися включает:

- определение вида одаренности, интеллектуальных и личностных особенностей детей, прогноз возможных проблем и потенциала развития.

- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребёнка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания;
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребёнку, обстановки, формирующей у ребёнка чувство собственной значимости, поощряющей проявление его индивидуальности;
- сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
- организация предметно-развивающей, обогащённой образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития различных видов способностей и одаренности.

Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность КРР с билингвальными воспитанниками, детьми мигрантов, испытывающими трудности с пониманием государственного языка РФ, включает:

- развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям;
- формирование уверенного поведения и социальной успешности;
- коррекцию деструктивных эмоциональных состояний, возникающих вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия);
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.

Таким образом, работу по социализации и языковой адаптации детей иностранных граждан, обучающихся в организациях, реализующих программы ДО в РФ, рекомендуется организовывать с учетом особенностей социальной ситуации каждого ребенка персонально.

Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы может осуществляться в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включение в программу КРР может быть осуществлено на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

К целевой группе обучающихся «группы риска» могут быть отнесены дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем; эмоциональные проблемы (повышенная возбудимость, апатия, раздражительность, тревога, появление фобий); поведенческие проблемы (грубость, агрессия, обман); проблемы неврологического характера (потеря аппетита); проблемы общения (стеснительность, замкнутость, излишняя чувствительность, выраженная нереализованная потребность в лидерстве); проблемы регуляторного характера (расстройство сна, быстрая утомляемость, навязчивые движения, двигательная расторможенность, снижение произвольности внимания).

Направленность КРР с воспитанниками, имеющими девиации развития и поведения включает:

- коррекция/развитие социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;
- помощь в решении поведенческих проблем;
- формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения;
- развитие рефлексивных способностей;
- совершенствование способов саморегуляции.

Включение ребенка из «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по обоснованному запросу педагога/родителей (законных представителей).

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий. **(ССЫЛКА НА АОП)**

## **2.6. Часть, Программы, формируемая участниками образовательных отношений**

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, составляет % и ориентирована на специфику социокультурных региональных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; сложившиеся традиции ДОО; выбор парциальных образовательных программ и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива и ДОО в целом.

Климатические особенности региона. Климатические условия Ханты-Мансийского автономного округа-Югры имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней, низкая температура. Исходя из этого, в образовательный процесс Учреждения включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости.

Сохранение здоровья детей, проживающих в условиях Севера, является одной из актуальных проблем современной медицины и педагогики. Экстремальные климатические условия влияют не только на состояние здоровья, но и способствует созданию иной модели, образа жизни с собственным ритмом, привычками и особенностями. Эти особенности необходимо учитывать при организации жизни детей в ДООУ.

Прежде всего, к ним относятся:

- трудности двойной адаптации (к климатическим особенностям региона после отпуска и к условиям детского сада одновременно);
- негативное влияние природных факторов на организм ребенка;
- существенное снижение общей работоспособности в критические периоды года (активированные дни, низкая температура воздуха С -40 и более);
- короткий день, нехватка кислорода; длительное пребывание в закрытом помещении и непродолжительные прогулки на воздухе. При организации жизни детей в группе, кроме основных принципов построения режима учитываются особенности конкретного сезонного



периода года и их влияние на состояние и функционирование органов и систем организма ребенка;

- уровень общей работоспособности; возникновение естественных движений.

В зависимости от погодных условий и расположенности площадки детского сада разработан график прогулок с учетом зависимости продолжительности прогулок от температурного режима.

Социокультурное окружение. Социокультурные особенности Ханты-Мансийского автономного округа – Югры также не могут сказаться на содержании психолого-педагогической работы в ДОУ: ведущие отрасли экономики обуславливают тематику ознакомления детей с трудом взрослых: нефтяников, газовиков, строителей; в округе проживают малочисленные народы Севера, воспитанников знакомят с условиями жизни, промыслами народов ханты, манси; систематически дети посещают этнографические выставки, музеи, совершают экскурсии по городу, на предприятия нефтяников, в природу. Социокультурные мероприятия в работе с детьми позволяют адаптировать ребенка к социуму и школьному обучению.

Национально-культурный состав воспитанников ДОО. При организации образовательного процесса в учреждении учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. Содержание дошкольного образования в Учреждении включает в себя вопросы истории и культуры народов ханты и манси. Дошкольников знакомят с самобытностью и уникальностью национальной культуры. Дети знакомятся с предметным миром, различными видами фольклора (сказки, песенки, хороводы, и т.д.), праздниками и традициями, народной декоративной росписью.

Приобщение детей к народной культуре является средством формирования у них патриотических чувств и любви к родному краю.

Микроклимат в Учреждении способствует благополучному, радостному, комфортному пребыванию детей в детском саду, что положительно сказывается на психическое, физическое, нравственное здоровье воспитанников.

**Национальный региональный компонент реализуется в отдельных темах, представленных в таблице**

**Таблица**

<b>Тема</b>	<b>Региональный компонент</b>
Мой город	Многообразие народов, населяющих наш город, округ
Времена года. (Осень. Зима. Весна)	Особенности сезонных изменений природы северного края
Деревья, ягоды, грибы	Деревья, ягоды, грибы нашей местности
Сад-огород. Вкусные дары Лета	Овощи, растущие в нашей местности
Дикие звери	Дикие звери наших лесов
Перелетные и зимующие птицы	Птицы нашего края
Здоровый образ жизни	Национальные игры ханты и манси. Вороний день

	(национальный праздник)
Мой город, моя страна, моя планета	История округа
Зимняя одежда	Национальный костюм ханты и манси
Профессии	Нефтяник, газовик, оленевод, рыбак, охотник, народные промыслы
Книжечка неделя	Животные нашего края, занесенные в красную книгу
Жители водоёмов	Разнообразие рыб водоёмов нашего края
Насекомые. Цветы	Насекомые, живущие на северной земле. Цветы, растущие на северной земле.

Реализация регионального компонента интегрирована в различные виды организованной образовательной деятельности, а также осуществляется в различных видах детской и совместной с взрослыми деятельности, в процессе повседневной жизни, во время праздников и развлечений.

Цель, задачи и конкретное содержание образовательной деятельности определяются целями и задачами соответствующей парциальной образовательной Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и реализуются в течение всего времени пребывания детей в ДОО через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов, а также в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации парциальной образовательной Программы.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, представлена следующей парциальной программой «Основы безопасности детей дошкольного возраста» под редакцией Р.Б. Стеркиной, О.Л. Князевой, Н.Н. Авдеевой. Содержание парциальной программы осуществляется в образовательной области «Социально – коммуникативное развитие» в разделе «Формирование основ безопасности» и в образовательной области «Физическое развитие» в разделе «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни». В содержание данной парциальной программы включено шесть разделов: «Ребенок и другие люди», «Ребенок и природа», «Ребенок дома», «Здоровье ребенка», «Эмоциональное благополучие ребенка», «Ребенок на улицах города».

## РАЗДЕЛ III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие успешную реализацию Программы:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное

событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;

**3)** обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);

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

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

**6)** построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

**7)** индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

**8)** оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;

**9)** совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообществ;

**10)** психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

**11)** вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

**12)** формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

**13)** непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Федеральной программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

**14)** взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами

открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

**15)** использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

**16)** предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

**17)** обеспечение возможностей для обсуждения Федеральной программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

### **3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

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

РППС включает организованное пространство (территория ДОО, групповые комнаты, специализированные, технологические, административные и иные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Программа не выдвигает жестких требований к организации РППС и оставляет за ДОО право самостоятельного проектирования РППС.

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

При проектировании РППС ДОО нужно учитывать:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;

- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;

- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;

- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал;

- спортивные уголки в групповых помещениях;

- спортивная площадка на территории ДОО.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.

Для основных видов движения: Гимнастическая скамейка, доска гладкая, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат, коврик массажный, коврик со следочками, батут детский, скакалки, маты гимнастические, гимнастический мяч (фитбол), кегли, кольцеброс, мешочки, мячи большие, мячи средние, мячи малые, мяч для волейбола, мяч для футбола, мяч для баскетбола, мишени для метания настенные, кольцо баскетбольное, стенка гимнастическая деревянная, дуга большая, дуга средняя, дуга малая, туннель.

Для общеразвивающих упражнений: Флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, мячики массажные, обручи, мячи средние, мячи малые, гантели.

Для подвижных игр и эстафет: Кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, клюшки, шайбы, ворота, пирамиды большие, ракетки для бадминтона, большого тенниса, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисные мячи.

Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное, здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала соответствует возрасту и росту детей.

Безопасность: все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов и имеет документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и национальными стандартами. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря.

Все оснащение спортивного зала эстетически привлекательно, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Все оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с нормами СанПиН и могут быть подвержены влажной уборке и дезинфекции, рабочий инвентарь ежедневно промываются проточной водой с мылом. В спортивном зале созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия. Предметно-пространственная среда зала обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых.

Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД. В теплое время года зарядка и непосредственно образовательная деятельность проводится на спортивной площадке, так же используется и асфальтированная территория детского сада для проведения спортивных эстафет и кроссов для детей старшего дошкольного возраста. Во время проведения непосредственно образовательной деятельности дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые располагаются на открытых полках и стеллажах находящихся в свободном доступе детей

разных возрастных групп. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации, и поставленной задачи. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, а полифункциональность материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации, например, те же мягкие модули могут быть строительным материалом, служить ориентирами, или препятствиями в эстафете и подвижных играх.

Все пособия спортивного зала полифункциональны и пригодны для использования в разных видах детской активности.

Предметно-пространственная среда спортивного зала спроектирована в соответствии с образовательной программой, реализуемой в ДОО, с учетом принципа интеграции образовательных областей и должна обеспечить дошкольнику целостное восприятие окружающего мира.

Организация предметно-пространственной среды в спортивном зале построена в соответствии с возрастными и гендерными особенностями воспитанников. Например: для девочек в спортивном зале есть гимнастические ленты, обручи, скакалки, а для мальчиков имеются футбольные мячи, гантели и многое другое.

### **3.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

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

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

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

#### **Оснащенность образовательного процесса игровыми материалами и оборудованием в спортивном зале**

<b>Вид помещения</b>	<b>Оснащение</b>
<b>Центр двигательной активности (групповое помещение)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• мячи;</li> <li>• обручи;</li> <li>• кегли;</li> <li>• ленты, шнур, кубики;</li> <li>• мешочки с песком;</li> <li>• гимнастические палки;</li> <li>• скакалки;</li> <li>• малые мячи;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• шапочки для подвижных игр.</li> </ul>
<b>Спальные помещения</b>	Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики.
<b>Физкультурный зал</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• батут;</li> <li>• доска для ходьбы ребристая;</li> <li>• интерактивный пол;</li> <li>• комплект спортивных игр;</li> <li>• тележка для спортивного инвентаря;</li> <li>• тактильная дорожка для ног;</li> <li>• набор «Правила дорожного движения»;</li> <li>• клюшки хоккейные;</li> <li>• канат;</li> <li>• ракетки для большого тенниса;</li> <li>• коврики для аэробики;</li> <li>• мячи для игры в баскетбол, волейбол, футбол;</li> <li>• скамья гимнастическая;</li> <li>• тележка для спортивного инвентаря;</li> <li>• щит баскетбольный с кольцом;</li> <li>• коврик со следочками;</li> <li>• лыжи;</li> <li>• маты гимнастические;</li> <li>• шведская стенка;</li> <li>• скакалки;</li> <li>• мобильные баскетбольные стойки;</li> <li>• ворота игровые;</li> <li>• обручи гимнастические;</li> <li>• перчатки вратарские.</li> </ul>
<b>Спортивная площадка (на территории ДОО)</b>	<p>Спортивная площадка выделена и оснащена:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- баскетбольными кольцами;</li> <li>- лестницами;</li> <li>- детские игровые комплексы;</li> <li>- выносной материал для организации двигательной деятельности на улице в разное время года: скакалки, мячи, обручи, кегли, ракетки для бадминтона, тенниса, и т.д.</li> </ul>
<b>Кабинет инструктора по физкультуре</b>	<p>Библиотека методической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников.</p> <p>Материалы по опыту работы педагогов.</p> <p>Картотеки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- утренней гимнастики;</li> <li>- дыхательной гимнастики;</li> <li>- физкультминуток;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- коррекционно-оздоровительной гимнастики;</li> <li>- подвижных игр и игр малой подвижности.</li> </ul> <p>Пособия для занятий.</p> <p>Демонстрационный, раздаточный материал для занятий с детьми.</p> <p>Игровой материал.</p> <p>Письменный стол, стул.</p>
--	---

### **3.4. Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Федеральной программы**

#### **3.5. Кадровые условия реализации Программы**

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

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

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

#### **Взаимодействие инструктора по физкультуре с воспитателями и специалистами ДОО**

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

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

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

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



## Планирование мероприятий по взаимодействию со специалистами

Месяц	Мероприятия
<b>Сентябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Составление совместного с воспитателями плана спортивных праздников, развлечений и др. мероприятий.</li> <li>• Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии и в проведении спортивных праздников».</li> <li>• Консультация «Содержание и оформление «Центров двигательной активности в группах».</li> <li>• Обсуждение сценариев осенних спортивных праздников, распределение ролей, назначение ответственных за проведение.</li> <li>• Совместная разработка картотеки «Подвижные игры на улице».</li> <li>• Консультация «Диагностика физического развития - требования и условия проведения». Помощь воспитателей и специалистов при проведении диагностики.</li> </ul>
<b>Октябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация «Развитие физических качеств у старших дошкольников в процессе проведения утренней гимнастики».</li> <li>• Изготовление буклета для педагогов «Новинки педагогической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников».</li> <li>• Изготовление памятки для воспитателей «Деятельность воспитателя по подготовке детей к спортивным праздникам и развлечениям».</li> <li>• Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>• Подбор с музыкальным руководителем музыки для комплексов гимнастик с учетом особенностей и возможностей дошкольников.</li> <li>• Совместное с воспитателями и музыкальным руководителем пополнение аудиозаписей на основе интересов и предпочтений детей.</li> </ul>
<b>Ноябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Презентация-консультация «Эффективные методы оздоровления детей в процессе двигательной деятельности».</li> <li>• Совместная разработка картотеки «Подвижные игры для детей в группе».</li> <li>• Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематического проекта «Здоровый образ жизни» («Неделя Здоровья»).</li> <li>• Совместное изготовление атрибутов и пособий для оздоровления и физической деятельности воспитанников.</li> <li>• Совместное обсуждение новогоднего сценария, назначение ответственных, распределение ролей.</li> </ul>
<b>Декабрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совместное с музыкальным руководителем пополнение картотеки «Музыкально-оздоровительные сеансы».</li> <li>• Совместная с воспитателями и специалистами разработка индивидуальных маршрутов для часто болеющих детей.</li> <li>• Разработка буклета «Упражнения для развития физических качеств детей».</li> <li>• Консультация «Коррекционные технологии оздоровления и физического развития дошкольников».</li> <li>• Пополнение аудиотеки о здоровом образе жизни людей (диафильмы, слайды, документальные и мультипликационные фильмы).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совместная с педагогами подготовка (организационные моменты, оформление, репетиции, изготовление атрибутов) и проведение праздника «Новый год».</li> </ul>
<b>Январь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовка к «Зимней Олимпиаде» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных).</li> <li>• Изготовление с педагогами карточек-схем, мнемотаблиц и других предметно-схематических моделей для выполнения физических заданий и упражнений.</li> <li>• Совместная с учителем-логопедом разработка картотеки по коррекции и развитию мелкой и крупной моторики.</li> <li>• Консультация «Проведение на участках детского сада физкультурно-оздоровительных мероприятий».</li> <li>• Разработка памятки «Интернет-сайты по оздоровлению и физическому развитию детей».</li> </ul>
<b>Февраль</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация «Развитие ловкости у старших дошкольников в процессе проведения квестов».</li> <li>• Совместная деятельность с воспитателями по разучиванию и закреплению у детей спортивных движений к праздникам и развлечениям.</li> <li>• Совместная с педагогами подготовка к спортивно-патриотическому празднику «Зарница».</li> <li>• Консультация «Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе двигательной деятельности».</li> <li>• Пополнение картотеки «Народные подвижные игры».</li> <li>• Обогащение РППС атрибутами для самомассажа: массажерами, массажными перчатками и массажными мячиками.</li> </ul>
<b>Март</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совместная с педагогами подготовка к «Неделе здоровья» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных).</li> <li>• Совместная разработка картотеки «Оздоровительные гимнастики».</li> <li>• Консультация «Фитбол-гимнастика как средство оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста».</li> <li>• Осуществление совместной дифференцированной работы с музыкальным руководителем для коррекции двигательной деятельности детей.</li> <li>• Обсуждение и анализ действий с педагогом-психологом по созданию условий для эмоционального благополучия дошкольников в рамках ОО «Физическое развитие».</li> <li>• Совместная взаимопроверка Центров двигательной активности в группах (приведение в соответствие с требованиями ФГОС и СанПин).</li> </ul>
<b>Апрель</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация «Развитие двигательной активности детей раннего и дошкольного возраста в различные режимные моменты».</li> <li>• Разработка буклета «Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста посредством координационной лестницы».</li> <li>• Мастер-класс «Пособия из нетрадиционных материалов для физических</li> </ul>

	<p>упражнений с детьми».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совместное пополнение РППС групп нестандартным физкультурным оборудованием: массажными ковриками из крышек, ребристыми дорожками на основе корпусов из фломастеров, вертушками для дыхательной гимнастики и др.</li> <li>• Пополнение аудиотеки по теме «Маршевая музыка».</li> </ul>
<b>Май</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация «Использование общеразвивающих упражнений и основных движений в самостоятельной двигательной деятельности детей».</li> <li>• Совместное проведение мониторинговых мероприятий по физическому развитию воспитанников.</li> <li>• Презентация «Реализация задач воспитания детей дошкольного возраста в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности»</li> <li>• Совместное с коллегами подведение итогов работы: результаты, достигнутые за год, нереализованные задачи Программы, причины невыполнения, перспективы на новый учебный год.</li> </ul>

### **3.6. Режим и распорядок дня в дошкольных группах**

**Организация образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию детей заключаются:**

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

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

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

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

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

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе,

образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

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

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

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

Режимы дня на группы размещены на официальном сайте Учреждения и в рабочих программах групп.

### Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
<b>Требования к организации образовательного процесса</b>		
Начало занятий не ранее	Все возрасты	08.00
Окончание занятий, не позднее	Все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	От 1,5 до 3 лет	10 минут
	От 3 до 4 лет	15 минут
	От 4 до 5 лет	20 минут
	От 5 до 6 лет	25 минут
	От 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	От 1,5 до 3 лет	20 минут
	От 3 до 4 лет	30 минут
	От 4 до 5 лет	40 минут
	От 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	От 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	Все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	Все возрасты	2-х минут

### Показатели организации режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	1-3 года	12 часов
	4-7 лет	11 часов
Продолжительность	1-3 года	3 часа

дневного сна, не менее	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	Для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	Все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	Все возрасты	07.00
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	До 7 лет	10 минут

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

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

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

### 3.7. Федеральный календарный план воспитательной работы

#### Перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в ДОО

№ п/п	Дата	Праздники и памятные даты	Мероприятие
<b>Сентябрь</b>			
	1 сентября	День знаний	Квест-игра «Буратино в гостях у ребят»
	3 сентября	День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом	Беседа с презентацией «Горькая правда войны» Беседа о правилах антитеррористической безопасности. Тематическое занятие «Антитеррор»

	8 сентября	Международный день распространения грамотности	Развлечение «Книжкины друзья»
	27 сентября	День воспитателя и всех дошкольных работников	Развлечение «Наш веселый детский сад»
<b>Октябрь</b>			
	1 октября	Международный день пожилых людей; Международный день музыки	Развлечение «Бабушка рядышком с дедушкой» Творческий концерт «Юные таланты» Тематическое занятие «Музыка и спорт»
	3 октября	День защиты животных	Акция «Братья наши меньшие». Спортивное развлечение «Кто быстрее: человек или животное?»
	4 октября	День учителя	Беседа (с презентацией) «Это важное слово – Учитель». Спортивная эстафета, посвященная Дню учителя
	Третье воскресенье октября	День отца в России	Спортивный праздник «Вместе с папой»
	4 ноября	День народного единства	Акция «Мы едины!»
	8 ноября	День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	Тематическое занятие «Подвиги наших полицейских»
	Последнее воскресенье ноября	День матери в России	Музыкально-литературная композиция «Всё начинается с мамы»
	30 ноября	День Государственного герба Российской Федерации	Тематический день «День Государственного герба России»
<b>Декабрь</b>			
	3 декабря	День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)	Беседа «Все мы разные, все мы едины»
	5 декабря	День добровольца (волонтера) в России	Акция «Поможем другим людям»
	8 декабря	Международный день художника	Творческая выставка рисунков «Юные

			художники». Спортивное развлечение «Художественная эстафета»
	9 декабря	День Героев Отечества	Беседа (с презентацией) «История праздника «День Героев Отечества».
	12 декабря	День Конституции Российской Федерации	Тематическое занятие «Права ребенка». Эстафета «Спортивная карусель», посвященная Дню Конституции.
	31 декабря	Новый год	Трудовая акция «Украсим группу и прогулочный участок к Новому Году»
<b>Январь</b>			
	27 января	День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).	Музыкально-литературная композиция «Дети блокадного Ленинграда». Беседа о Великой Отечественной Войне (с презентацией). Почтение памяти всех погибших в годы Великой Отечественной Войны минутой молчания. Сюжетная композиция с построениями и перестроениями «Мы помним».
<b>Февраль</b>			
	2 февраля	День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (включить в план воспитательной работы с дошкольниками ситуативно)	Беседа о Сталинградской битве (с презентацией). Рассмотрение иллюстраций, картин и репродукций на тему войны. Спортивный досуг «Победители»
	8 февраля	День российской науки	Интеллектуальная викторина «Хочу всё знать!». Квест-игра «Приключения Незнайки»
	15 февраля	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Музыкально-литературная композиция «Воины-интернационалисты»

	21 февраля	Международный день родного языка	Фольклорный праздник «Язык родной, дружу с тобой»
	23 февраля	День защитника Отечества	Спортивно-патриотический праздник «Зарница»
<b>Март</b>			
	8 марта	Международный женский день	Праздник «Мама милая моя»
	18 марта	День воссоединения Крыма с Россией (включить в план воспитательной работы с дошкольниками ситуативно)	Музыкально-литературная композиция «Крымская весна» (с построениями и перестроениями)
	27 марта	Всемирный день театра	Театрализованное представление «Путешествие в мир театра»
<b>Апрель</b>			
	12 апреля	День космонавтики	Квест «Путешествие в космос»
<b>Май</b>			
	1 мая	Праздник Весны и Труда	Развлечение «Встречаем Первомай!»
	9 мая	День Победы	Акция «Бессмертный полк». Акция «Поздравим ветерана». Спортивная «Эстафета Памяти»
	19 мая	День детских общественных организаций России	Акция «Мы – волонтеры». Показательные выступления дошкольников, посещающих спортивные кружки и секции: «Фитнес для малышей».
	24 мая	День славянской письменности и культуры	Развлечение «Откуда пришла азбука»
<b>Июнь</b>			
	1 июня	День защиты детей	Праздник «Дружат дети всей планеты!»
	6 июня	День русского языка	Литературный праздник «Говорим на русском». Развлечение «Русские народные игры»
	12 июня	День России	Развлечение на улице «День России»
	22 июня	День памяти и скорби	Тематическое занятие «Священная война»



Июль			
	8 июля	День семьи, любви и верности	Тематическое занятие «Моя семья». Физкультурно-оздоровительное развлечение «Моя спортивная семья»
Август			
	12 августа	День физкультурника	Спортивный праздник «Сильные, смелые, ловкие!»
	22 августа	День Государственного флага Российской Федерации	Праздник «Флаг России»
	27 августа	День российского кино	Развлечение «Любимые мультфильмы»

**Раздел IV**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**  
**4.1. Краткая презентация**

**4.2. Приложение**

**Учебный план**  
**по реализации рабочей программы инструктора по физической культуре**  
**на 2023-2024 учебный год**

Непосредственная образовательная деятельность – основная форма организации физического воспитания детей, позволяющая наиболее эффективно и целенаправленно осуществлять процесс физического воспитания, обучения и развития ребенка.

Организованные НОД в группах начинаются с 1 сентября. Учебный план включает в себя 36 учебных недель.

НОД делится на несколько видов: фронтальные физкультурные занятия, индивидуальная работа по подгруппам, индивидуальная работа. Индивидуальные занятия проводятся с каждым ребенком отдельно, согласно графику работы. Занятия по подгруппам проходят в первой половине дня, согласно графику работы. Фронтальные занятия проводятся со всеми детьми группы два раза в неделю, один раз в неделю на улице, согласно утвержденной сетке.

Учебная деятельность регламентирована: в сетке НОД указана длительность видов НОД. Длительность видов НОД соответствует времени, указанному в Уставе ДОУ, СанПиН 2.4.1.2660-10:

**Таблица №**

Возраст детей	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год	Длительность занятия	Количество часов за год
2-я младшая группа	2	8	72	15 минут	18 часов
Средняя группа	2	8	72	20 минут	24 часа
Старшая группа	2	8	72	25 минут	30 часов
Подготовительная группа	2	8	72	30 минут	36 часов

№	Виды деятельности	Вторая младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа	
		Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год		
1	Вводная часть (строевые упражнения и ОРУ)	3 мин	3,6	4 мин	4,8	6 мин	7,2	7 мин	8,4
2	Основные виды движений	6 мин	7,2	7 мин	8,4	8 мин	9,6	10 мин	12
3	Подвижные игры	4 мин	4,8	6 мин	7,2	7 мин	8,4	8 мин	9,6
4	Игра малой подвижности	2 мин	2,4	3 мин	3,6	4 мин	4,8	5 мин	6
	<b>Всего</b>	<b>15 мин</b>	<b>18 часов</b>	<b>20 мин</b>	<b>24 часа</b>	<b>25 мин</b>	<b>30 часов</b>	<b>30 мин</b>	<b>36 мин</b>

№	Виды деятельности	Вторая младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа	
		Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год	Количество часов за год		
1	Вводная часть (строевые упражнения и ОРУ)	3 мин	3,6	4 мин	4,8	6 мин	7,2	7 мин	8,4
2	Основные виды движений	6 мин	7,2	7 мин	8,4	8 мин	9,6	10 мин	12
3	Подвижные игры	4 мин	4,8	6 мин	7,2	7 мин	8,4	8 мин	9,6
4	Игра малой подвижности	2 мин	2,4	3 мин	3,6	4 мин	4,8	5 мин	6

	<b>Всего</b>	<b>15 мин</b>	<b>18 часов</b>	<b>20 мин</b>	<b>24 часа</b>	<b>25 мин</b>	<b>30 часов</b>	<b>30 мин</b>	<b>36 мин</b>
--	--------------	---------------	-----------------	---------------	----------------	---------------	-----------------	---------------	---------------

### 3.8. Формы организации образовательного процесса в течение недели

#### Режим двигательной активности

Таблица №

Форма работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)			1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1-2 раз в месяц 20	1-2 раз в месяц 20	1-2 раз в месяц 25-30	1-2 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	-	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	а) самостоятельное использование физкультурн	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	ого и спортивно- игрового оборудовани я				
	б) самостоятель ные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

### 3.9. Календарный учебный график

#### Календарный тематический учебный график

Лангепасского городского автономного муниципального дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 4 «Солнышко» на 2023-2024 учебный год

	1 полугодие		2 полугодие		Оздоровительный период	
	Начало	Окончание	Начало	Окончание	летний	
	01.09.2023	31.12.2023	09.01.2024	31.05.2024	01.06.2024	31.08.2024
Количество недель	Всего 17 недель: 16 - учебных недель; 1 – не учебная неделя.		Всего 22 неделя: 20 - учебных недель; 2- не учебных недель		Всего 14 не учебных недель	
Учебных недель	36 недель					
* Не учебных недель	17 недель					

Календарно – тематическое планирование для воспитанников групп общеразвивающей направленности  
ЛГ МАДОУ «Детский сад № 4 «Солнышко» на 2023-2024 учебный год

Неделя	Лексическая тема	Неделя	Лексическая тема
1 неделя (01-12 сентября)	Наш детский сад. Осень. Приметы осени	18 неделя *(01-08 января)	Праздники
2 неделя (11-15 сентября)	Овощи. Огород	19 неделя (09-12 января)	Дикие животные и их детёныши
3 неделя (18-22 сентября)	Фрукты. Сад	20 неделя (15-19 января)	Домашние животные и их детеныши
4 неделя (25-29 сентября)	Ягоды, грибы	21 неделя (22-26 января)	Домашние птицы
5 неделя (02-06 октября)	Я и моя семья	22 неделя (29.01-02 февраля)	Зимующие и перелётные птицы
6 неделя (09-13 октября)	Части тела	23 неделя (05-09 февраля)	Животные жарких и холодных стран
7 неделя (16-20 октября)	Мой город. ПДД	24 неделя (12-16 февраля)	Книжкина неделя
8 неделя (23-27 октября)	Мой дом. Бытовые приборы	25 неделя (19-22 февраля)	Наша армия сильна!
9 неделя (30.10-03 ноября)	Дружат дети всей планеты	26 неделя (26.02- 01 марта)	Весна. Приметы весны
10 неделя (06-10 ноября)	Мебель	27 неделя (04-07 марта)	8 марта – Международный женский день

<b>11 неделя (13-17 ноября)</b>	<b>Посуда</b>	<b>28 неделя (11-15 марта)</b>	<b>Цветы. Комнатные растения</b>
<b>12 неделя (20-24 ноября)</b>	<b>Мамы всякие важны, мамы разные нужны!</b>	<b>29 неделя (18-22 марта)</b>	<b>Деревья, кустарники</b>
<b>13 неделя (27.11-01 декабря)</b>	<b>Профессии</b>	<b>30 неделя (25-29 марта)</b>	<b>Хлеб. Продукты питания</b>
<b>14 неделя (04-08 декабря)</b>	<b>Зима. Приметы зимы</b>	<b>31 неделя (01-05 апреля)</b>	<b>ЗОЖ</b>
<b>15 неделя (11-15 декабря)</b>	<b>Одежда. Обувь</b>	<b>32 неделя (08-12 апреля)</b>	<b>Космос</b>
<b>16 неделя (18-22 декабря)</b>	<b>Новый год</b>	<b>33 неделя (15-19 апреля)</b>	<b>Жители водоёмов</b>
<b>17 неделя *(25-28 декабря)</b>	<b>Не учебная неделя</b>	<b>34 неделя (22-26 апреля)</b>	<b>Транспорт. Виды транспорта</b>
		<b>35 неделя (29.04-10 мая)</b>	<b>Майские праздники. День Победы</b>
		<b>36 неделя (13-17 мая)</b>	<b>Насекомые</b>
		<b>37 неделя (20-24 мая)</b>	<b>ОБЖ</b>
		<b>38* неделя (29-31 мая)</b>	<b>Не учебные дни</b>
<b>* не учебные недели</b>			

**3.10. Содержание педагогической работы с детьми младшей группы по освоению образовательной области «Физическое развитие»**

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад. Осень. Приметы осени»	2 неделя «Овощи. Огород»	3 неделя «Фрукты. Сад»	4 неделя «Ягоды. Грибы»	
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях;</li> <li>- учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие;</li> <li>- упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении, прыжки на двух ногах;</li> <li>- развивать умение действовать по сигналу;</li> <li>- учить энергично отталкивать мяч при отталкивании;</li> <li>- развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу;</li> <li>- группироваться при лазании под шнур</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная</b>	ходьба и бег в прямом направлении. Игра «пойдем в гости»	ходьба и бег «стайкой». Построение в круг	ходьба в колонне по одному, легкий бег	ходьба и бег по кругу, вокруг кубиков	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предметов	Без предмета	С мячом	С кубиками	
	<b>Основные виды движений</b>	Ходьба между двумя линиями. Игра «Пройдем по дорожке»	Прыжки на двух ногах.	Прокатывание мячей «Прокати и догони»	Ползание с опорой на ладони и колени «Доползи игрушки»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Бегите ко мне»	Игровое задание «Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»	
	<b>3-я часть</b>	Ходьба стайкой за	Игровое задание	Ходьба в колонне	«Найдем жучка»	

		воспитателем в обход зала	«Найдем птичку»	по одному		
<b>ОКТАБРЬ</b>		<b>5 неделя</b> «Я и моя семья»	<b>6 неделя</b> «Части тела»	<b>7 неделя</b> «Мой город. ПДД»	<b>8 неделя</b> «Мой дом. Бытовые приборы»	
	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; - развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; - прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; - энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу; - ходьбе и беге с остановкой по сигналу; ползании; - ходьбе и беге по кругу, с поворотом; ползание на четвереньках				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, бег по одному, врассыпную	Ходьба и бег по кругу	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, по всему залу	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом, бег также по кругу с поворотом	
	<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С мячом	На стульчиках	
	<b>Основные виды движений</b>	Равновесие «Пойдем по мостику»; прыжки через шнур	Прыжки из обруча в обруч; «прокати мяч»	Прокатывание мячей в прямом направлении; ползание между предметами	Ползание «Крокодильчики»; равновесие «Пробеги – не задень»	



	<b>Подвижные игры</b>	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»	
	<b>3-я часть</b>	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	«Машины поехали в гараж»	«Найдем зайку»	Ходьба в колонне по одному	
<b>НОЯБРЬ</b>		<b>9 неделя</b> «Дружат дети всей планеты»	<b>10 неделя</b> «Мебель»	<b>11 неделя</b> «Посуда»	<b>12 неделя</b> «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!»	
	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - равновесии при ходьбе ограниченной площади опоры; - приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; - ходьбе колонной с выполнением заданий; прыжки из обруча в обруч; - прокатывании мяча друг другу; - умение действовать по сигналу; прокатывании мяча между предметами; ползании; - равновесии				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне с выполнением задания, бег в колонне	Ходьба в колонне с высоким подниманием колен, бег	Ходьба по кругу, бег по кругу	Ходьба в колонне с выполнением задания, бег в колонне	
	<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	С флажками	С обручем	Без предметов	С флажками	
	<b>Основные виды движений</b>	Ползание «Паучки»; равновесие	Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей	Игровое задание «Прокати - не задень»;	Ползание «Паучки»; равновесие	

			«Точный пас»	«Проползи – не задень»		
	<b>Подвижные игры</b>	«Поймай комара»	«Мыши в кладовой»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»	
	<b>3-я часть</b>	Ходьба в колонне по одному	Игра «Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>13 неделя</b> «Профессии»	<b>14 неделя</b> «Зима. Приметы зимы»	<b>15 неделя</b> «Одежда. Обувь»	<b>16 неделя</b> «Новый год»	<b>17 неделя</b>
<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге врассыпную; - сохранении устойчивого равновесия и прыжках; - ходьбе и беге с выполнением заданий; приземление на полусогнутые ноги; - прокатывании мяча; ходьбе и беге с остановкой по сигналу; - умении группироваться при лазании под дугу; прокатывании мяча между предм.; - ползании на повышенной опоре; сохранении равновесия при ходьбе по доске				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную	Ходьба и бег в колонне по одному с остановками	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения,
	<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках	

	<b>Основные виды движений</b>	Равновесие «Пройди – не задень»; прыжки «Лягушки – попрыгушки»	Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат; прокатывание мячей друг другу	Прокатывание мяча между предметами, «Не упусти»; ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см)	Ползание «Жучки на бревнышке»; равновесие «Пройдем по мостику»	подвижные игры, экскурсии
	<b>Подвижные игры</b>	«Коршун и птенчики»	«Найди свой домик»	«Лягушки»	«Птица и птенчики»	
	<b>3-я часть</b>	Ходьба в колонне по одному, «Найдем птенчика»	Ходьба в колонне по одному	«Найдем лягушонка»	«Найдем птенчика»	
		<b>18 неделя</b>	<b>19 неделя</b> «Дикие животные и их детеныши»	<b>20 неделя</b> «Домашние животные и их детеныши»	<b>21 неделя</b> «Домашние птицы»	
<b>ЯНВАРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Повторить ходьбу с выполнением заданий, упражнения в ползании. Упражнять в: <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах;</li> <li>- ходьбе колонной по одному; беге враспынную; прыжках на двух ногах;</li> <li>- прокатывании мяча; умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов;</li> <li>- катании мяча друг другу; ползании под дугу, не касаясь руками пола;</li> <li>- сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры;</li> </ul>				

	<b>1-я часть Вводная часть</b>	<b>Каникулы</b>	Игровое упражнение «На полянке»	Ходьба вокруг кубиков (действия по сигналу)	Игровое упражнение «Лягушки и бабочки»	
	<b>2-я часть ОРУ</b>		С обручем	С кубиком	Без предметов	
	<b>Основные виды движений</b>		«Зайки - прыгуны» - прыжки	«Прокати - поймай»; «Медвежата»	Ползание под дугу, не касаясь руками пола; равновесие «По тропинке»	
	<b>Подвижная игра</b>		«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«Лохматый пес»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>		Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>22</b> неделя «Зимующие и перелетные птицы»	<b>23</b> неделя «Животные жарких и холодных стран»	<b>24</b> неделя «Книжка неделя»	<b>25</b> неделя «Наша армия сильна!»	
<b>ФЕ ВР</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге вокруг предметов, переменным шагом, в рассыпную;				

		<p>- прыжках с продвижением вперед, с высоты и мягком приземлении;          - бросании мяча через шнур, умении группироваться в лазании под дугу, равновесии</p>			
<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, остановка, поворот в другую сторону	Ходьба в колонне по одному, ходьба мелким шагом и с высоким подниманием колен. Бег	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры	Построение в одну шеренгу, ходьба в колонне по одному, переход на ходьбу врассыпную, бег врассыпную	
<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	С кольцом	С малым обручем	С мячом	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	«Перешагни – не наступи»; «С пенька на пенек» - прыжки	«Веселые воробышки» - прыжки; «Прокатывание мяча» - Ловко и быстро	Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола	«Под дугу» - лазание под дугу в группировке; равновесие – пройти по доске, на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше	
<b>Подвижная игра</b>	«Найди свой цвет»	«Воробышки в гнездышках»	«Воробышки и кот»	«Лягушки»	
<b>3-я часть</b> <b>Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	«Найдем лягушонка»	
	<b>26 неделя</b> «Весна. Приметы весны»	<b>27 неделя</b> «8 марта – Международный	<b>28 неделя</b> «Цветы. Комнатные	<b>29 неделя</b> «Деревья. Кустарники»	<b>30 неделя</b> «Хлеб. Продукты

			женский день»	растения»		питания»
<b>МАРТ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге по кругу, врассыпную, - сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; - прыжках в длину с места, повторить прыжки между предметами; - развивать ловкость при прокатывании мяча; - развивать умение действовать по сигналу, в ползании на повышенной опоре; - бросании мяча о пол и ловле его двумя руками.				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, остановка, поворот в другую сторону, ходьба, бег	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен, бег	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен, бег	Ходьба и бег по кругу, с выполнением заданий
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С кубиком	Без предметов	С мячом	С мячом	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	ИУ: «Ровным шагом», прыжки «Змейкой»	ИУ: прыжки «Через канавку», катание мячей друг другу «Точно в руки»	ИУ: «Брось - поймай», ползание на скамейке «Муравьишки»	ИУ: «Брось - поймай», ползание на скамейке «Муравьишки»	Прокатывание мячей между кубиками
	<b>Подвижная игра</b>	«Кролики»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Зайка серый умывается»	«Листики»

	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайку»	«Найдем зайку»	Ходьба в колонне по одному
		<b>31 неделя «ЗОЖ»</b>	<b>32 неделя «Космос»</b>	<b>33 неделя «Жители водоемов»</b>	<b>34 неделя «Транспорт. Виды транспорта»</b>	
<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге между предметами, с выполнением заданий, - прыжках через шнуры, приземлении на полусогнутые ноги - ходьбе на повышенной опоре, упражнениях с мячом - ползании на ладонях и ступнях				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег вокруг кубиков, остановка, поворот в другую сторону	Ходьба в колонне по одному, по сигналу бегут, останавливаются, ложатся	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба на носках, присед	Ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе, с подскоком	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	На скамейке с кубиком	С косичкой	Без предметов	С обручем	
	<b>Основные виды движений</b>	Равновесие – ходьба боком на скамейке. Прыжки «Через канавку»	Прыжки из кружка в кружок; упражнение с мячом «Точный пас»	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке	Ползание «Проползи – не задень». Равновесие «По мостику»	

				«Медвежата»		
	<b>Подвижная игра</b>	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы топаем ногами»	«Огуречик, огуречик»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	«Найдем лягушонка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>35 неделя «Майские праздники. День Победы»</b>	<b>36 неделя «ОБЖ»</b>	<b>37 неделя «Насекомые. Скоро лето!»</b>	<b>38 неделя</b>	
<b>МАЙ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге в рассыпную, между предметами, по сигналу; - равновесии, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; - прокатывании мяча друг другу; бросании и ловле мяча; - ползании по скамейке; лазании по наклонной лесенке				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий	Ходьба и бег между предметами в колонне по одному	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С кольцом	С мячом	С флажками		
	<b>Основные виды движений</b>	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через шнуры	Прыжки «Парашютисты»; прокатывание мяча	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке		



	<b>Подвижная игра</b>	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и кот»	«Огуречик, огуречик»			
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	«Где спрятался мышонок»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному			
	<b>ВСЕГО</b>						

**Содержание педагогической работы с детьми средней группы по освоению образовательной области «Физическое развитие»**

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад. Осень. Приметы осени»	2 неделя «Овощи. Огород»	3 неделя «Фрукты. Сад»	4 неделя «Ягоды. Грибы»	
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять: - в ходьбе и беге в колонне по одному и врассыпную; - в сохранении устойчивого равновесия на уменьшенной площади опоры; - в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; - в умении действовать по сигналу; - в прокатывании мяча двумя руками.				
	<b>1-я часть Вводная</b>	Построение в шеренгу; ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м – ходьба, 20 м - бег); бег врассыпную; перестроение в колонну по три				

<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Упражнения в равновесии (ходьба и бег между двумя линиями в чередовании, главное не наступать на шнур).</p> <p>2. прыжки на двух ногах на месте с поворотом.</p> <p>3. ходьба между линиями;</p> <p>4. «не пропусти мяч»;</p> <p>5. «не задень»</p>	<p>1. пряжки на месте на двух ногах.</p> <p>2. прокатывание мяча друг другу.</p> <p>3. Ползание на четвереньках по прямой.</p> <p>4. «Прокати обруч»;</p> <p>5. «Вдоль дорожки»</p>	<p>1. прокатывание мяча друг другу двумя руками.</p> <p>2. ползание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>3. бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками произвольно.</p> <p>4. лазанье под дугу, не задевая верхнего края.</p> <p>5. прыжки на двух ногах между кубиками;</p> <p>6. ИУ: «Мяч через сетку», «Подбрось - поймай»</p>	<p>1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке.</p> <p>2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу.</p> <p>3. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Лазанье под шнур с опорой на ладони и колени.</p> <p>5. прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед;</p> <p>6. ИУ: «Перебрось - поймай», «Успей поймать», «Вдоль дорожки»</p>	
<b>Подвижная игра</b>	«Найди себе пару», «Автомобили»	«Самолеты», «Найди себе пару»	«Огуречик, огуречик...», «Воробышки и кот»	«У медведя во бору», «Огуречик»	
<b>3-я часть</b>	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по	«Где постучали?»	

			одному	одному		
		<b>5 неделя</b> «Я и моя семья»	<b>6 неделя</b> «Части тела»	<b>7 неделя</b> «Мой город. ПДД»	<b>8 неделя</b> «Мой дом. Бытовые приборы»	
<b>ОКТАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Учить: - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе; - упражнять в отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; - перебрасывать мяч через сетку; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», на носках, на пятках, высоко поднимая колени, с перешагиванием через предметы. Бег в среднем темпе 1,5 мин.				
	<b>ОРУ</b>	Со шнуром	С мячом	С кеглей	С кубиком	
	<b>Основные виды движений</b>	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета. ИУ: «Мяч через шнур (сетку)», «Кто быстрее доберется до кегли».	1. Прокатывание мяча в прямом направлении; 2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола; 3. Лазанье под дугу двумя колоннами поточным способом; 4. Прыжки на двух ногах; 5. Подбрасывание мяча двумя руками. ИУ: «Прокати – не	1. Подлезания под дугу, не касаясь пола; 2. Ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики; 3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами.	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах; 2. Прокатывание мячей друг другу; ИУ: «Подбрось – поймай». Эстафета «Кто быстрее».	

			уроню», «Вдоль дорожки».	ИУ: «Подбрось - поймай»; «Мяч в корзину»; «Кто скорее по дорожке».		
	<b>Подвижные игры</b>	«Кот и мыши»; «Найди свой цвет!»	«Цветные автомобили», «Ловишки»	«Цветные автомобили», «У медведя во бору»	«Лошадки», «Кот и мыши»	
	<b>3 часть</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, где спрятано»	«Угадай, кто позвал?»	
		<b>9 неделя</b> «Дружат дети всей планеты»	<b>10 неделя</b> «Мебель»	<b>11 неделя</b> «Посуда»	<b>12 неделя</b> «Мама всякие важны, мамы разные нужны!»	
<b>НОЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять: - в ходьбе и беге между предметами, «змейкой», с изменением направления - в прыжках на двух ногах; - в сохранении равновесия на уменьшенной площади.				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, на пяточках, высоко поднимая колено; бег в колонне по одному, с изменением направления.				
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С флажками	Без предметов	С мячом	С флажками	
	<b>Основные виды</b>	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя	1.Прыжки на двух ногах через шнуры; 2.Прокатывание мячей друг другу;	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками; 2.Ползание по	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе,	

	<b>движений</b>	руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	3.Прыжки между предметами; 4.Перебрасывание мяча друг другу; ИУ: «Не попадись», «Догони мяч»	гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. ИУ: «Не задень», «Передай мяч»	подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	
	<b>Подвижные игры</b>	«Цветные автомобили», «Самолеты»	«Найди себе пару»	«Догони пару»	«Цветные автомобили», «Самолеты»	
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>13 неделя</b> <b>«Профессии»</b>	<b>14 неделя</b> <b>«Зима. Приметы зимы»</b>	<b>15 неделя</b> <b>«Одежда. Обувь»</b>	<b>16 неделя</b> <b>«Новый год»</b>	<b>17 неделя</b>
<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать внимание при выполнении заданий в беге и ходьбе;</li> <li>- упражнять в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры;</li> <li>- развивать координацию и ловкость в прыжках через препятствие;</li> <li>- упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя.</li> </ul>				<b>Каникулярная неделя</b>
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах (кубики или кегли); ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с				Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и

		поиском своего места в колонне.				развлечения, подвижные игры, экскурсии
<b>2-я часть ОРУ</b>	С платочком	С мячом	Без предметов	С кубиками		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по шнуру (равновесие); 2. Прыжки через 4 – 5 брусков; на двух ногах через 5-6 шнуров; 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами, подталкивая его двумя руками снизу; ИУ: «Веселые снежинки», «Кто быстрее до снеговика», «Кто дальше бросит»	1. Прыжки со скамейки на резиновую дорожку; 2. Прокатывание мяча между предметами; 3. Бег по дорожке; ИУ: «Пружинка», «Разгладим снег»	1. Пребрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м; 2. Ползание на четвереньках по скамейке с опорой на ладони и колени; 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени; ИУ: «Кто дальше?», «Снежная карусель»	1. Ползание по скамейке на животе, хват рук с боков скамейки; 2. Ходьба боком приставным шагом по скамейке, руки за головой; 3. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу обруча, прыжок из обруча в обруч; ИУ: «Петушки ходят», «По снежному валу», «Снайперы»		

	<b>Подвижные игры</b>	«Лиса и куры»	«Веселые снежинки»	«Зайцы и волк»	«Птички и кошка»	
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Найдем цыпленка», ходьба «змейкой» между снежками	Ходьба в колонне по одному	«Где спрятался зайка?»	Ходьба в колонне по одному	
		<b>18 неделя</b>	<b>19 неделя</b> «Дикие животные и их детеныши»	<b>20 неделя</b> «Домашние животные и их детеныши»	<b>21 неделя</b> «Домашние птицы»	
<b>ЯНВАРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их;</li> <li>- упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего;</li> <li>- формировать устойчивое равновесие по уменьшенной площади опоры;</li> <li>- повторить упражнения в прыжках и перебрасывании мяча друг другу;</li> <li>- повторить игровые упражнения;</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу. Ходьба между предметами, бег между кеглями, поставленные в одну линию вдоль одной стороны зала. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.				

	2-я часть ОРУ	Каникулы	С мячом	С косичкой	С обручем	
	Основные виды движений		<p>1.Прыжки с гимнастической скамейки;</p> <p>2.Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м.;</p> <p>3.Отбивание мяча одной рукой;</p> <p>4. Прыжки на двух ногах;</p> <p>ИУ: «Снежная карусель», «Прыжки к елке»</p>	<p>1. Отбивание мяча о пол;</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни;</p> <p>3.Прокатывание мячей друг другу в парах (шеренгах);</p> <p>4.Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи»;</p> <p>5.Прыжки на двух ногах;</p> <p>ИУ: «Кто дальше бросит», «Перепрыгни – не задень»</p>	<p>1.Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола;</p> <p>2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс;</p> <p>3.Равновесие – ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе;</p> <p>4.Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд.</p>	
	Подвижная игра		«Найди себе пару»	«Лошадки»	«Автомобили»	
	3-я часть Малоподвижная игра		Ходьба в колонне по одному; катание друг друга на санках	Ходьба в колонне по одному в обход зала;	Ходьба в колонне по одному	
		22 неделя «Зимующие и	23 неделя «Животные жарких и холодных	24 неделя «Книжкина неделя»	25 неделя «Наша армия	



		перелетные птицы»	стран»		сильна!»		
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	- упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; с выполнением заданий по команде, в прыжках из обруча в обруч; в ходьбе с изменением направления движения; - ловля мяча двумя руками - развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; - повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами;					
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами; ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны.					
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предмета	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой		
	<b>Основные виды движений</b>	1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке; 2.Прыжки через бруски; 3.Ходьба, перешагивая через набивные мячи; 4.Прыжки через шнур, положенный вдоль зала; 5.Перебрасывание мячей друг другу ИУ: «Змейкой» между санками», «Добрось до кегли»	1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, в обе стороны; 2.Прокатывание мяча между предметами; 3. Прокатывание мяча друг другу; 4.Ходьба на носках руки на поясе ИУ: «Покружись», «Кто дальше бросит»	1.Перебрасывание мячей друг другу; 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; с опорой на ладони и колени; 3.Метание мешочков в вертикальную цель; 4.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 2.Равновесие – ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени; 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; 4.Прыжки на		

				порядке ИУ: «Кто дальше бросит», «Найдем Снегурочку»	правой и левой ногое, используя взмах рук ИУ: «Точно в цель», «Туннель»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробушки и автомобиль»	«Перелет птиц»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>26 неделя «Весна. Приметы весны»</b>	<b>27 неделя «8 марта – Международный женский день»</b>	<b>28 неделя «Цветы. Комнатные растения»</b>	<b>29 неделя «Деревья. Кустарники»</b>	<b>30 неделя «Хлеб. Продукты питания»</b>
<b>МАРТ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, с выполнением задания; врассыпную, в ходьбе попеременно широким и коротким шагом;</li> <li>- развивать ловкость при метании в цель;</li> <li>- закреплять умение действовать по сигналу;</li> <li>- упражнять в прыжках в длину с места, бросании мячей через сетку;</li> <li>- упражнять в ползании на животе по скамейке;</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, на пятках, обычная ходьба; переход к ходьбе по кругу. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.				
	<b>ОРУ</b>	Без предмета	С обручем	С мячом	С мячом	С обручем
	<b>Основные виды</b>	1.Ходьба на носках между 4-5 предметами; 2.Прыжки через шнур справа и слева,	1.Прыжки в длину с места; 2.Перебрасывание мячей через шнур;	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по	1.Прыжки в длину с места; 2.Перебрасывание мячей через шнур;

	<b>движений</b>	продвигаясь вперед; 3.Равновесие – ходьба по наклонной доске; 4.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку ИУ: «Быстрые и ловкие», «Сбей кеглю»	3.Прокатывание мяча друг другу; 4.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ИУ: «Подбрось - поймай», «Прокати – не задень»	гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени, с мешочком на спине; 4.Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове ИУ: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку»	гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени, с мешочком на спине; 4.Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове ИУ: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку»	3.Прокатывание мяча друг другу; 4.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ИУ: «Подбрось - поймай», «Прокати – не задень»
	<b>Подвижная игра</b>	«Перелет птиц»	«Бездомный заяц», «Лошадка»	«Самолеты»	«Самолеты»	«Бездомный заяц», «Лошадка»
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	«Найди и промолчи»	«Угадай кто кричит»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай кто кричит»
		<b>31 неделя «ЗОЖ»</b>	<b>32 неделя «Космос»</b>	<b>33 неделя «Жители водоемов»</b>	<b>34 неделя «Транспорт. Виды транспорта»</b>	

<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; с поиском своего места в колонне; с остановкой на сигнал; между предметами;</li> <li>- повторить упражнения в равновесии и прыжках;</li> <li>- упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель;</li> <li>- закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места;</li> <li>- упражнять в перебрасывании мячей друг другу</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, по сигналу переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой; враспынную; с изменением направления движения.				
	<b>ОРУ</b>	Без предмета	С кеглей	С мячом	С косичкой	
	<b>2-я часть Основные виды движений</b>	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны;</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через препятствия;</p> <p>3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом;</p> <p>4.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров</p> <p>ИУ: «Прокати и поймай», «Сбей кеглю»</p>	<p>1.Прыжки в длину с места;</p> <p>2.метание мешочков в горизонтальную цель;</p> <p>3.Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча;</p> <p>4.Отбивание мяча одной рукой одной рукой несколько раз подряд, и ловля его двумя руками</p> <p>ИУ: «По дорожке», «Не задень»</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность;</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени;</p> <p>3.Прыжки на двух ногах;</p> <p>4.Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось - поймай»</p> <p>ИУ: «Успей поймать», «Подбрось - поймай»</p>	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс;</p> <p>2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч;</p> <p>3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше;</p> <p>4.Прыжки на двух ногах между</p>	

					предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Пробеги тихо», «У медведя во бору»	«Совушка», «Воробышки и автомобиль»	«Догони пару», «Совушка»	«Птички и кошка», «Догони пару»	
	<b>3-я часть Малоподвижн ая игра</b>	«Угадай, кто позвал»	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>35 неделя «Майские праздники. День Победы»</b>	<b>36 неделя «ОБЖ»</b>	<b>37 неделя «Насекомые. Скоро лето!»</b>	<b>38 неделя</b>	
<b>МАЙ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; со сменой ведущего;</li> <li>- упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; с высоким подниманием колен;</li> <li>- упражнять в ползании по скамейке;</li> <li>- закреплять прыжки через короткую скакалку;</li> <li>- закрепить умение перестраиваться по ходу движения.</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, в рассыпную; высоко поднимая колени; ходьба «змейкой» между предметами; в полуприсяде, мелким шагом в чередовании с обычной ходьбой; с изменением направления движения прыжки через бруски; перестроение в три колонны;				
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предмета	С кубиком	С палкой		
		1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной	1. Прыжки в длину с места через шнур; 2. Перебрасывание	1. Метание в вертикальную цель;		

	<b>Основные виды движений</b>	ноги к носку другой ноги; 2.Прыжки в длину с места; 3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; 4.Прокатывание мяча между кубиками «змейкой», выпрямиться, поднять мяч над головой и потянуться ИУ: «Достань до мяча», «Перепрыгни ручеек», «Пробеги – не задень»	мячей друг другу; 3.Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте; 4.Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой) ИУ: «Попади в корзину», «Подбрось - поймай».	2.Ползание по гимнастической скамейке на животе; 3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и ступни; 4.Прыжки через короткую скакалку ИУ: «Не урони», «Не задень»		
	<b>Подвижная игра</b>	«Котята и щенята», «Совушка»	«Удочка», «Котята и щенята»	«Зайцы и волк», «Пробеги тихо»		
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайца», «Кто ушел»		

**Содержание педагогической работы с детьми старшей группы по освоению образовательной области «Физическое развитие»**

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад. Осень. Приметы осени»	2 неделя «Овощи. Огород»	3 неделя «Фрукты. Сад»	4 неделя «Ягоды. Грибы»	
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и бег колонной по одному, врассыпную, на носках, с высоким подниманием колен; - сохранении устойчивого равновесия, в беге до 1 мин, с изменением темпа; - прыжках вперед, в высоту, ползании по скамейке с опорой на колени и ладоши; - перебрасывании мяча, бросках мяча вверх, пролезании в обруч боком				
	<b>1-я часть Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному, на носках, бег по одному, врассыпную	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, между предметами	Ходьба и бег в колонне по одному, с высоким подниманием колен, до 1 минуты	Ходьба и бег в колонне по одному, с изменением темпа в чередовании	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой	
	<b>Основные виды движений</b>	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между предметами.	1. Прыжки на двух ногах «Достань до предмета», в высоту с места. 2. Броски малого мяча вверх двумя руками, ловля двумя руками с хлопком в ладоши. 3. Бег в среднем темпе до 1,5 мин. 4. Ползание на четвереньках между	1. Ползание по скамейке с опорой на колени и ладони, на предплечья и колени. 2. Ходьба по канату, боком, приставным шагом. 3. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши.	1. Пролезание в обруч боком. 2. Ходьба, перешагивая через кубики, с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен,	

		3. Перебрасывание мячей друг другу, броски о пол. ИУ: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	предметами. ИУ: «Передай мяч», «Не задень»	4. Перебрасывание мячей друг другу. ИУ: «Не попадись», «Мяч о стенку»	продвигаясь вперед. ИУ: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Мышеловка»	«Фигуры», «Мы веселые ребята»	«Удочка», «Быстро возьми»	«Мы веселые ребята»	
	<b>3-я часть</b>	«У кого мяч?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному, между предметами	Ходьба в колонне по одному, между кеглями	
		<b>5 неделя</b> «Я и моя семья»	<b>6 неделя</b> «Части тела»	<b>7 неделя</b> «Мой город. ПДД»	<b>8 неделя</b> «Мой дом. Бытовые приборы»	
<b>ОКТАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - беге продолжительностью до 1 минуты, повороте во время ходьбы, бег с препятствием; - ходьбе приставным шагом по скамейке, с высоким подниманием колен; - прыжках, с высоты и перебрасывании мяча, лазании в обруч; - ведении мяча правой и левой рукой, метание в цель.				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, до 1 минуты	Ходьба и бег в колонне по одному, с поворотом кругом	Ходьба в медленном темпе; быстрым, коротким, семенящим шагом. Бег враспынную	Ходьба в колонне по два, поворот через левое плечо. Ходьба и бег по одному, враспынную	
	<b>2-я часть</b>	Без предметов	С гимнастической	С малым мячом	С обручем	



ОРУ		палкой			
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, слева и справа, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Броски мяча двумя руками друг от друга, передача мяча друг другу. ИУ: отбивание мяча</p>	<p>1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Броски мяча друг другу, перебрасывание от груди</p> <p>Ползание по скамейке на четвереньках, с переползанием через препятствия. ИУ: «Проведи мяч», «Мяч водящему», «Не попадись»</p>	<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель</p> <p>2. Подлезание под дугу прямо и боком в группировке.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом. ИУ: «Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким» эстафета</p>	<p>1. Пролезание в обруч боком в группировке.</p> <p>2. Ходьба по скамейке, перешагивая через предмет на середине, на середине сесть, хлопнуть в ладоши.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах на мат высотой 20 см, с трех шагов.</p> <p>4. Ползание на четвереньках с преодолением препятствий. ИУ: «Посадка картофеля», «Попади в корзину»</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Перелет птиц», «Не попадись»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси-лебеди», «Ловишки-перебежки»	
<b>3 часть</b>	«Найди и	«У кого мяч?»	Ходьба в колонне	«Летает – не	

	<b>Малоподвижная игра</b>	промолчи»		по одному	летает», «Затейники»	
<b>НОЯБРЬ</b>		<b>9 неделя</b> «Дружат дети всей планеты»	<b>10 неделя</b> «Мебель»	<b>11 неделя</b> «Посуда»	<b>12 неделя</b> «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!»	
	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - равновесии, ходьбе с изменением направления, темпа, беге между предметами; - перебрасывании мячей в шеренге, прыжках на левой, правой ноге; - ползании по скамейке, ведении мяча между предметами, умении действовать по сигналу.				
	<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному. По сигналу «Фигуры», дети изображают кого-либо. Ходьба и бег в рассыпную	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поменять направление. Бег между кубиками	Ходьба и бег в колонне по одному, с ускорением и замедлением темпа, между предметами	Ходьба в колонне по одному. По сигналу «Фигуры», дети изображают кого-либо. Ходьба и бег в рассыпную	
	<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	На гимнастической скамейке	Без предметов	С мячом	На гимнастической скамейке	
	<b>Основные виды движений</b>	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на	1.Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. 2.Переползание на животе по скамейке, на четвереньках, подталкивая мяч головой.	1.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 2.Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. 3.Ходьба по	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на	

		<p>левой и правой ногой до предмета.</p> <p>4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой.</p> <p>ИУ: «Мяч о стенку»</p>	<p>3. Ведение мяча, продвигаясь вперед.</p> <p>ИУ: «Мяч водящему», «По мостику»</p>	<p>скамейке боком приставным шагом.</p> <p>4. Ползание по скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.</p> <p>5. Ходьба на носках, руки за головой, между мячами.</p> <p>ИУ: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни – не задень», «Ловишки парами»</p>	<p>левой и правой ногой до предмета.</p> <p>4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой.</p> <p>ИУ: «Мяч о стенку»</p>	
	<b>Подвижные игры</b>	<p>«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»</p>	<p>«Не оставайся на полу», «Ловишки с ленточками»</p>	«Удочка»	<p>«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»</p>	
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	<p>Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, «Затейники»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. «Летает – не летает»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»</p>	
		<b>13 неделя</b> <b>«Профессии»</b>	<b>14 неделя</b> <b>«Зима. Приметы зимы»</b>	<b>15 неделя</b> <b>«Одежда. Обувь»</b>	<b>16 неделя</b> <b>«Новый год»</b>	<b>17 неделя</b>

<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - умения сохранить в беге правильную дистанцию, ходьбе и беге по кругу, с поворотом; - ходьбе по наклонной доске; ползании; сохранении устойчивого равновесия; - перебрасывании мяча; умения ловить мяч; лазании по гимнастической стенке.				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, между предметами, с соблюдением дистанции, в чередовании	Ходьба и бег в колонне по одному, с ускорением темпа, ходьба по кругу, поворот в другую сторону	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную, с выполнением задания.	Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу, выполнение поворотов влево, вправо	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов	
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске прямо, боком, переход на скамейку, приставным шагом боком, с перешагиванием через мячи 2. Прыжки на двух ногах через бруски, между мячами. 3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за	1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ползание на четвереньках между предметами. 4. Ползание по прямой, подталкивая мяч головой. 5. Прокатывание мяча большого. ИУ: «Метко в цель», «Кто быстрее до	1. Перебрасывание мяча большого диаметра, с хлопком в ладоши, друг другу, стоя в шеренгах. 2. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками за края, на четвереньках с мешочком на спине. 3. Ходьба по скамейке с	1. Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек, до верха разноименным способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, боком приставным шагом с мешочком на	

		головы, стоя в двух шеренгах, в произвольной форме. ИУ: «Кто дальше бросит», «Не задень»	снеговика», «Пройдем по мосточку»	мешочком на голове, боком приставным шагом. ИУ: «Метко в цель»	голове. 3.Прыжки на двух ногах между предметами, с мешочками между колен. ИУ: «По дорожке» - ходьба	
	<b>Подвижные игры</b>	«Ловишки с ленточками», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Охотники и зайцы», «Смелые воробышки»	«Хитрая лиса»	
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному. «Сделай фигуру»	«У кого мяч?», «Найди предмет»	Ходьба в колонне по одному между предметами. «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному	
		<b>18 неделя</b>	<b>19 неделя</b> «Дикие животные и их детеныши»	<b>20 неделя</b> «Домашние животные и их детеныши»	<b>21 неделя</b> «Домашние птицы»	
<b>ЯНВАРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге между предметами, по наклонной доске; - прыжках с ноги на ногу; в длину с места; ползании на четвереньках, прокатывании мяча головой; - забрасывании мяча в кольцо; закрепить навык скользящего шага в ходьбе на лыжах.				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	<b>Каникулы</b>	Ходьба и бег по кругу, взявшись за веревку, перехват в другую руку	Ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий, между	Построение в шеренгу, колонну по одному, в круг; ходьба и бег по	

				предметами, врассыпную	кругу с поворотом в одну и другую сторону	
	<b>2-я часть ОРУ</b>		С веревкой	На гимнастической скамейке	С обручем	
	<b>Основные виды движений</b>		1.Прыжки в длину с места. 2.Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой. 3.Броски мяча вверх, перебрасывание мячей друг другу, двумя руками снизу. ИУ: «Кто быстрее», «Пробеги – не задень», катание на санках	1.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах. 2.Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, с мешочком на голове.	1.Лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек 2.Ходьба по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носки другой ноги; руки за головой. 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем ноги вместе; через шнуры. 4.Ведение мяча в прямом направлении; до	

					обозначенного времени. ИУ: «По местам», «С горки»	
	<b>Подвижная игра</b>		«Совушка»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Хитрая лиса»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>		«Найдем зайца»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>22 неделя «Зимующие и перелетные птицы»</b>	<b>23 неделя «Животные жарких и холодных стран»</b>	<b>24 неделя «Книжка неделя»</b>	<b>25 неделя «Наша армия сильна!»</b>	
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге враспынную, продолжительностью до 1 минуты; лазанье на гимн. стенку; - сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; - забрасывании мяча в корзину; лазании под дугу; отбивании мяча; - ходьбе по лыжне скользящим шагом, поворотах на лыжах; - метании в вертикальную цель; лазанье под палку и перешагивании через нее				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, до 1 минуты, с изменением направления.	Построение в колонну по одному, в круг, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, враспынную с остановкой по сигналу	Построение в шеренгу, ходьба и бег между предметами, перестроение в три колонны справа от скамейки	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, бег в среднем темпе до 1 минуты, с изменением	

		Разминка на санках и лыжах			направления движения, врассыпную	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов	
	<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба и бег по скамейке, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки через бруски; правым и левым боком.</p> <p>3. Бросание мячей в корзину от груди, из-за головы.</p> <p>ИУ: «Точный пас», «По дорожке»</p>	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке.</p> <p>ИУ: «Кто дальше», «Кто быстрее»</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.</p> <p>2. Подлезание под палку.</p> <p>3. Перешагивание через шнур.</p> <p>4. Ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони».</p> <p>5. Ходьба на носках между кеглями, поставленные в один ряд.</p> <p>ИУ: «Точно в круг», «Кто дальше»</p>	<p>1. Лазанье на гимнастическую стенку.</p> <p>2. Ходьба по скамейке, приставляя пятку к носку; руки за головой.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места; между предметами.</p> <p>4. Отбивание мяча в ходьбе.</p> <p>5. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p>ИУ: «Гонки санок», «Не попадись», «По</p>	



					мостику»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Охотники и зайцы», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка», «Ловишки»	«Гуси - лебеди»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному; между ледяными постройками	Ходьба в колонне по одному, «Найди следы зайцев»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		<b>26 неделя «Весна. Приметы весны»</b>	<b>27 неделя «8 марта – Международный женский день»</b>	<b>28 неделя «Цветы. Комнатные растения»</b>	<b>29 неделя «Деревья. Кустарники»</b>	<b>30 неделя «Хлеб. Продукты питания»</b>
<b>МАРТ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу, по канату с мешочком; - перебрасывании мяча; прыжка в высоту с разбега; метании мешочков в цель; - ползании между предметами; ползании по гимнастической скамейке, в равновесии				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону; бег с поворотом, врассыпную	Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по сигналу; врассыпную между кубиками, не задевая их	Ходьба со сменой темпа движения	Ходьба со сменой темпа движения	Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по сигналу; врассыпную между кубиками, не задевая их
	<b>ОРУ</b>	С малым мячом	Без предметов	С кубиком	С кубиком	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по канату боком приставным	1.Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат.	1.Лазанье по скамейке с опорой на ладони и ступни	1.Лазанье по скамейке с опорой на ладони и	1.Прыжки в высоту с разбега с приземлением на

		<p>шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2.Прыжки из обруча в обруч; а двух ногах через набивные мячи.</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине.</p> <p>ИУ: «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень»</p>	<p>2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча.</p> <p>3.Ползание на четвереньках между предметами, по прямой.</p> <p>ИУ: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»</p>	<p>(«по-медвежьи»); на четвереньках.</p> <p>2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше.</p> <p>3.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч.</p> <p>ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»</p>	<p>ступни («по-медвежьи»); на четвереньках.</p> <p>2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше.</p> <p>3.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч.</p> <p>ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»</p>	<p>мат.</p> <p>2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча.</p> <p>3.Ползание на четвереньках между предметами, по прямой.</p> <p>ИУ: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»</p>
	<b>Подвижная игра</b>	«Пожарные на учении», «Горелки»	«Медведи пчелы», «Карусель»	«Кто быстрее?»	«Кто быстрее?»	«Медведи пчелы», «Карусель»
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»,	Ходьба колонной по одному	«Угадай по голосу»	«Угадай по голосу»	Ходьба колонной по одному

		«Летает – не летает»				
		<b>31 неделя «ЗОЖ»</b>	<b>32 неделя «Космос»</b>	<b>33 неделя «Жители водоемов»</b>	<b>34 неделя «Транспорт. Виды транспорта»</b>	
<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в: - сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; ползании; лазанье на стенку; - прыжках и метании; прыжках с короткой скакалкой; прокатывании обруча				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу, с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой, бег в рассыпную	Ходьба и бег между предметами	Ходьба колонной по одному с выполнением заданий, с перешагиванием через кубики	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами	
	<b>ОРУ</b>	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	С малым мячом	Без предметов	
	<b>2-я часть Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке, руки в стороны; с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 2. Прыжки через	1. Прыжки с короткой скакалкой на месте, вращая ее вперед; продвигая ее вперед. 2. Прокатывание обручей друг другу. 3. Пролезание в обруч прямо и боком.	1. Метание мешочков в вертикальную цель, способом от плеча; правой и левой рукой. 2. Ползание по прямой, затем	1. Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; по рейке	

		препятствия. 3.Броски мяча двумя руками из-за головы; малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. ИУ: «Ловишки-перебежки», «Передача мяча в колонне»	ИУ: «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай», эстафета «Кто быстрее до флажка»	переползание через скамейку; на ладонях и ступнях («по-медвежь»). 3.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги. ИУ: «Кто быстрее», «Мяч в кругу»	приставным шагом. 2.Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; через шнур вправо и влево. 3.Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс; на носках между набивными мячами, руки на пояс. ИУ: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень», «С кочки на кочку»	
	<b>Подвижная игра</b>	«Медведь и пчелы»	«Стой»	«Удочка», «Карусель»	«Горелки»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, «Кто ушел»	Ходьба в колонне по одному	«Угадай чей голосок»	
		<b>35 неделя</b> «Майские праздники. День»	<b>36 неделя</b> «ОБЖ»	<b>37 неделя</b> «Насекомые. Скоро лето!»	<b>38 неделя</b>	

		<b>Победы»</b>				
<b>МАЙ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по сигналу, с перешагиванием через предметы; - сохранении равновесия на повышенной опоре; прыжках в длину; - повторить упражнения в прыжках и с мячом; - развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот; ходьба и бег врассыпную	Ходьба и бег в колонне по одному, по сигналу с перешагиванием через шнуры, врассыпную	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом		
	<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс; боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше. 2.Прыжки на двух ногах,	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3.Ползание по прямой на ладонях и ступнях («по-медвежь»). 4.Забрасывание мяча в кольцо. 5.Лазанье под дугу. ИУ: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»	1.Броски мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками. 2.Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке. 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; с		

		<p>продвигаясь вперед;</p> <p>попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.</p> <p>3.Броски мяча о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками.</p> <p>ИУ: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»</p>		<p>мешочком на голове.</p> <p>ИУ: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»</p>		
	<b>Подвижная игра</b>	«Мышеловка», «Гуси-лебеди»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Пожарные на учении», «Мышеловка»		
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	«Что изменилось?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному		

**Содержание педагогической работы с детьми подготовительной к школе группы по освоению образовательной области «Физическое развитие»**

<b>Месяц</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>1 неделя «Наш детский сад. Осень. Приметы осени»</b>	<b>2 неделя «Овощи. Огород»</b>	<b>3 неделя «Фрукты. Сад»</b>	<b>4 неделя «Ягоды. Грибы»</b>	
--------------	------------------------------	---	-------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	--

<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - беге колонной по одному; умении переходить с бега на ходьбу; соблюдении дистанции; - сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре; - развивать точность движений при переброске мяча; прыжках с доставанием до предмета; - упражнениях с мячом; переползании по гимнастической скамейке; - ходьбе с четким фиксированием поворотов; ползании на ладонях и коленях				
	<b>1-я часть Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег враспынную, с нахождением своего места в колонне по сигналу	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу. Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала по ориентирам. Бег в умеренном темпе	Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу. Поворот в ходьбе, бег производится в движении по сигналу	
	<b>2-я часть ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С палками	
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги с мешочком на голове; боком перешагивая через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры; набивные мячи. 3. Перебрасывание мяча	1. Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка, выполняется с разбега; между предметами. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу двумя руками из-за головы; снизу. 3. Лазанье под шнур,	1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками; попеременно правой и левой рукой. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват с боков; на ладонях и ступнях («по-	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пойти дальше; боком приставным шагом,	

		<p>двумя руками снизу; из-за головы.</p> <p>ИУ: «Ловкие ребята», «Пингвина», «Догони свою пару»</p>	<p>не касаясь руками пола и не задевая его.</p> <p>4.Ползание «Крокодил».</p> <p>ИУ: «Быстро встань в колонну», «Прокати обруч»</p>	<p>медвежьей)).</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке поднимая правую ногу – хлопнуть под коленом в ладоши, опуская ногу – развести руки в стороны; поворот на середине и пройти дальше.</p> <p>ИУ: «Быстро передай», «Пройди не задень»</p>	<p>перешагивая через набивные мячи.</p> <p>3.Прыжки из обруча в обруч; на правой и левой ноге через шнуры.</p> <p>4.Лазанье в обруч правым и левым боком, не задевая верхнего края обода.</p> <p>ИУ: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта»</p>		
	<b>Подвижная игра</b>	«Ловишки»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Совушка»	«Не попадись», «Фигуры»		
	<b>3-я часть</b>	Ходьба в колонне по одному, «Вершки и корешки»	«Летает – не летает», «Великаны и гномы»	Ходьба в колонне по одному, «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному		
		<b>5 неделя</b> «Я и моя семья»	<b>6 неделя</b> «Части тела»	<b>7 неделя</b> «Мой город. ПДД»	<b>8 неделя</b> «Мой дом. Бытовые приборы»		
<b>ОКТАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; с высоким подниманием колен;</li> <li>- упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках;</li> <li>- развивать ловкость в упражнении с мячом; ходьбе со сменой темпа движения;</li> <li>- беге с преодолением препятствий; ходьбе с изменением направления движения по сигналу;</li> <li>- приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;</li> </ul>					



		- беге врасыпную; в ползании на четвереньках с дополнительным заданием				
<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами	Ходьба с изменением направления движения по сигналу; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменяют направление движения, а затем переходят к бегу с перепрыгиванием через препятствия	Ходьба в колонне по одному, по сигналу переход на ходьбу с высоким подниманием колен, руки на поясе; бег в среднем темпе	Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения.		
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом		
<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову, на середине присесть, руки в стороны, поднять руки и пройти дальше; боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 2.Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по	1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик. 2.Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант); и забрасывание мяча в корзину двумя руками.	1.Ведение мяча по прямой, баскетбольный вариант; между предметами. 2.Ползание по гимнастической скамейке, хват рук с боков; на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч.	1.Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед; с мешочком на спине. 2.Прыжки на		

		<p>двум сторонам зала; на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева, продвигаясь вперед, используя взмах рук.</p> <p>3.Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками; переброска мячей.</p> <p>ИУ: «Перебрось — поймай», «Не попадись»</p>	<p>3.Ползание на ладонях и ступнях («по-медвежьи») в прямом направлении;</p> <p>4.Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке.</p> <p>ИУ: «Кто самый меткий?», «Перепрыгни — не задень»</p>	<p>3.Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками; руки за голову.</p> <p>ИУ: «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p>	<p>правой и левой ногой между предметами; на двух ногах между предметами.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг; с мешочком на голове, руки на пояс.</p> <p>ИУ: «Лягушки», «Не попадись»</p>	
	<b>Подвижные игры</b>	«Перелет птиц», «Фигуры»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Не попадись»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»	
	<b>3 часть</b>	Ходьба в колонне по одному	«Эхо», ходьба в колонне по одному	«Летает — не летает»	Ходьба в колонне по одному, «Эхо»	
		<b>9 неделя</b> «Дружат дети всей планеты»	<b>10 неделя</b> «Мебель»	<b>11 неделя</b> «Посуда»	<b>12 неделя</b> «Мамы все важны, мамы разные нужны!»	
<b>НОЯБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату;</li> <li>- упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом;</li> <li>- упражнять в ходьбе с изменением направления движения; бросании мяча друг другу;</li> <li>- прыжках через скакалку; ползании по скамейке на четвереньках с мешочком на спине;</li> </ul>				

		- ходьбе и беге «змейкой» между предметами; ведении мяча с продвижением вперед			
<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу; с упражнениями для рук, на носках, руки за голову; широким свободным шагом; семенящим шагом, руки на пояс.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу; с упражнениями для рук, на носках, руки за голову; широким свободным шагом; семенящим шагом, руки на пояс.	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками; бег врассыпную	Ходьба и бег между предметами; врассыпную;	Ходьба и бег между предметами; врассыпную;
<b>2-я часть</b> <b>ОРУ</b>	С короткой скакалкой	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой. 3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы; передача	1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой. 3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы;	1.Ведение мяча в прямом направлении и между предметами. 2.Лазанье под дугу. 3.Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами, положенными в одну линию; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет по диагонали. 2.Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть,	1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет по диагонали. 2.Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть,

		<p>мяча в шеренгах. ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»</p>	<p>передача мяча в шеренгах. ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»</p>	<p>4.Метание мешочков в горизонтальную цель. 5.Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении. ИУ.</p>	<p>руки вперед, выпрямиться и пройти дальше; ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на пояс или за голову. 4.Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. ИУ: «Передай мяч», «С кочки на кочку»</p>	<p>руки вперед, выпрямиться и пройти дальше; ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на пояс или за голову. 4.Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. ИУ: «Передай мяч», «С кочки на кочку»</p>
	<b>Подвижные игры</b>	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Перелет птиц», «По местам»	«Фигуры»	«Фигуры»
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	«Затейники»	«Затейники»	«Летает — не летает», ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

		13 неделя «Профессии»	14 неделя «Зима. Приметы зимы»	15 неделя «Одежда. Обувь»	16 неделя «Новый год»	17 неделя
<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; ходьбе с изменением темпа; - в сохранении равновесия при ходьбе боком приставным шагом, с перешагиванием; - развивать ловкость в упражнениях с мячом; в прыжках на правой и левой ноге попеременно; - повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом, ходьбу и бег по кругу с поворотом; - ползании по скамейке «по-медвежьи»; прыжках и на равновесие				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег врассыпную	Ходьба и бег по кругу. на сигнал «Поворот!» все поворачиваются и продолжают ходьбу. Затем при беге снова подается команда и выполняется поворот без остановки движения	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии
	<b>2-я часть ОРУ</b>	В парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов	

	<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи, руки свободно балансируют; руки на поясе, на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше;</p> <p>2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их; прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; переброска мячей друг другу. ИУ: «Пройди — не задень», «Пас на ходу», прыжки на двух ногах через короткую скакалку</p>	<p>1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; между предметами на двух ногах;</p> <p>2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне».</p> <p>3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>4. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>5. Ползание под дугой правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура, группируясь в «комочек».</p> <p>ИУ: «Пройди — не урони», «Из кружка в кружок», «Стой!»</p>	<p>1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мячей в парах.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков; на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс.</p> <p>4. Прыжки со скамейки на мат или коврик. ИУ: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди — не урони»</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе; с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову; через короткую скакалку, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатом между колен. ИУ: «Точный пас», «Кто дальше бросит?», «По дорожке</p>	
--	-------------------------------	---	---	---	--	--

					проскользи»	
	<b>Подвижные игры</b>	«Хитрая лиса», «Совушка»	«Салки с ленточкой»	«Попрыгунчики-воробышки», «Лягушки и цапля»	«Хитрая лиса»	
	<b>3-я часть Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному	«Эхо!»	Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	
		<b>18 неделя</b>	<b>19 неделя</b> «Дикие животные и их детеныши»	<b>20 неделя</b> «Домашние животные и их детеныши»	<b>21 неделя</b> «Домашние птицы»	
<b>ЯНВАРЬ</b>	<b>Задачи:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места;</li> <li>- развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке;</li> <li>- упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием;</li> <li>- развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур;</li> <li>- повторить ходьбу и бег с изменением направления движения;</li> <li>- упражнять в ползании на четвереньках; упражнениях на сохранение равновесия и в прыжках</li> </ul>				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	<b>Каникулы</b>	Ходьба в колонне по одному, по команде выполняются задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег в рассыпную	Ходьба в колонне по одному в обход зада. По сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; ходьба и бег в рассыпную по	

				и левой ногой без паузы	всему залу; ходьба в колонне по одному	
	<b>2-я часть ОРУ</b>		С кубиком	Без предметов	Со скакалкой	
	<b>Основные виды движений</b>		<p>1.Прыжки в длину с места на мат.</p> <p>2. «Поймай мяч»; бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши.</p> <p>3.Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой; на ладонях и коленях с мешочком на спине.</p> <p>ИУ: «Кто дальше бросит?», «Веселые воробышки»</p>	<p>1.Переброска мячей друг другу.</p> <p>2.Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазанье под шнур.</p> <p>3.Ходьба на носках, между предметами, руки на пояс.</p>	<p>1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; на четвереньках между предметами.</p> <p>2.Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки; ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову.</p> <p>3.Прыжки через короткую скакалку различными способами.</p> <p>4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>ИУ: «По ледяной</p>	



					дорожке», «По местам», «Поезд»	
	<b>Подвижная игра</b>		«Совушка», «Два Мороза»	«Удочка», «Хоккеисты», катание друг друга на санках	«Паук и мухи»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>		Ходьба в умеренном темпе между предметами	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе	
		<b>22</b> неделя «Зимующие и перелетные птицы»	<b>23</b> неделя «Животные жарких и холодных стран»	<b>24</b> неделя «Книжкина неделя»	<b>25</b> неделя «Наша армия сильна!»	
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением задания; - закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; - повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер; - разучить прыжки с подскоком; лазанье в обруч; лазанье на гимнастическую стенку - попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге по кругу; в метании мешочков				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров»	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной, ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу, ходьба короткими, семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге	Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в	

				в движении по кругу, переход на обычную ходьбу колонной по одному	колонне	
<b>2-я часть ОРУ</b>	С обручем	С палкой	Без предметов	С мячом		
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову.</p> <p>2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры; между предметами попеременно на левой и правой ноге.</p> <p>4. Играющие образуют круги по 4—5 человек. У одного из стоящих в</p>	<p>1. Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.</p> <p>2. Переброска мячей друг другу, двумя руками от груди.</p> <p>3. Лазанье пол дугу прямо и боком.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге.</p> <p>5. Ползание на ладонях и коленях между предметами.</p> <p>ИУ: «Гонки санок», «Пас на клюшку»</p>	<p>1. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет (на уровне четвертой рейки) и спуск вниз.</p> <p>2. Ходьба парами по гимнастическим скамейкам, держась за руки, свободная рука на поясе; перешагивая через набивные мячи, попеременно правой и левой ногой.</p> <p>3. «Попади в круг». Метание мешочков правой и левой рукой в обручи; в горизонтальную</p>	<p>1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг; с мешочком на голове, руки на пояс.</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук.</p> <p>4. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.</p>		

		<p>кругу мяч. По сигналу водящий передает мяч вправо, следующему игроку, тот передает мяч дальше по кругу.</p> <p>Как только мяч снова окажется у водящего, тот передает мяч влево по кругу, а получив вновь мяч, поднимает его высоко над головой.</p> <p>ИУ: «Точная подача», «Попрыгунчики»</p>		<p>цель правой и левой рукой.</p> <p>ИУ: «Гонка санок», «Загони шайбу»</p>	<p>5.Эстафета с мячом</p> <p>«Передал — садись»</p> <p>ИУ: «Не попадись»</p>	
	<b>Подвижная игра</b>	«Ключи», «Два Мороза»	«Не оставайся на земле», «Затейники»	«Не попадись», «Карусель»	«Жмурки», «Белые медведи»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, чей голосок?»	
		<b>26 неделя</b> «Весна. Приметы весны»	<b>27 неделя</b> «8 марта – Международный женский день»	<b>28 неделя</b> «Цветы. Комнатные растения»	<b>29 неделя</b> «Деревья. Кустарники»	<b>30 неделя</b> «Хлеб. Продукты питания»
<b>МАРТ</b>	<b>Задачи:</b>	<p>Упражнять в:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьбе и беге между предметами; ходьбе в колонне по одному, беге враспынную;</li> <li>- в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием;</li> <li>- повторить задание в прыжках, ползании, эстафету с мячом;</li> </ul>				

		<p>- повторить ходьбу с выполнением заданий;</p> <p>- упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель;</p>			
<b>1-я часть</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками; врассыпную	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками; врассыпную
<b>ОРУ</b>	С малым мячом	С флажками	С палкой	С палкой	С малым мячом
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки; в колонне по одному с передачей мяча перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.</p> <p>3. «Передача мяча в шеренге» эстафета с</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед; через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам.</p> <p>2. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола; переброска мячей в парах.</p> <p>3. Ползание под шнур, не касаясь руками</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>2. Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют или на</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>2. Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки; в колонне по одному с передачей мяча перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь</p>

		мячом. ИУ: «Лягушки в болоте»,	пола, сгруппироваться «в комочек»; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях «по-медвежьи». ИУ: «Мы — веселые ребята», «Охотники и утки»	пояс; ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове. ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»	голове, руки свободно балансируют или на пояс; ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове. ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»	вперед. 3.«Передача мяча в шеренге» эстафета с мячом. ИУ: «Лягушки в болоте»,
	<b>Подвижная игра</b>	«Ключи»	«Затейники», «Тихо — громко»	«Волк во рву», «Горелки»	«Волк во рву», «Горелки»	«Ключи»
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному за волком, который поймал большее количество коз	Ходьба в колонне по одному за волком, который поймал большее количество коз	Ходьба в колонне по одному
		<b>31 неделя «ЗОЖ»</b>	<b>32 неделя «Космос»</b>	<b>33 неделя «Жители водоемов»</b>	<b>34 неделя «Транспорт. Виды транспорта»</b>	
<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу; - ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); - метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии; - повторить упражнения в ходьбе и беге; на равновесии, в прыжках, с мячом;				
	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, ходьба	Ходьба и бег в колонне по одному,	Ходьба в колонне по одному. По сигналу	Игровое задание «По местам»	

		вокруг кубиков; бег; переход на ходьбу; Игра «Быстро возьми»	переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.	перестроение в колонну по два; ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную		
	<b>ОРУ</b>	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимнастических скамейках	
	<b>2-я часть Основные виды движений</b>	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной; боком, приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть, руки вынести вперед, подняться и пройти дальше. 2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед; на месте и продвигаясь вперед. 3.Переброска мячей в шеренгах; в парах. ИУ: «Перешагни — не	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Броски мяча друг другу в парах. 3.Ползание на четвереньках — «Кто быстрее до кубика». 4.Эстафета с мячом «Передал—садись». 5.Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур. ИУ: «Пас ногой», «Пингвины»	1.Метание мешочков на дальность — «Кто дальше бросит». 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; с опорой на ладони и колени между предметами. 3.Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «Кто быстрее до предмета».	1.Бросание мяча в шеренгах; переброска мячей друг другу в парах. 2.Прыжки в длину с разбега; через шнуры на правой и левой ноге попеременно. 3.Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. ИУ: «Догони пару», «Передача мяча в колонне»	

		задень», «С кочки на кочку»		5.Прыжкичерез короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно. ИУ: «Пройди — не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч»		
	<b>Подвижная игра</b>	«Хитрая лиса», «Охотники и утки»	«Мышеловка», «Горелки»	«Затейники», «Ловишки»	«Салки с ленточкой», «Лягушки в болоте», «Горелки»	
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	Ходьба в колонне по одному, «Великаны и гномы»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, «Тихо — громко»	Ходьба в колонне по одному, «Великаны и гномы»	
		<b>35 неделя</b> «Майские праздники. День Победы»	<b>36 неделя</b> «ОБЖ»	<b>37 неделя</b> «Насекомые. Скоро лето!»	<b>38 неделя</b>	
<b>МАЙ</b>	<b>Задачи:</b>	Упражнять в: - в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку; - ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в рассыпную; - ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; - ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; - сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках; - повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнения с мячом; - повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре				

	<b>1-я часть Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары по ходу движения; бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу; ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении; ходьба и бег врассыпную	<b>Каникулярная неделя</b> Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии
	<b>2-я часть ОРУ</b>	С обручем	С мячом	Без предметов	
	<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг; навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу, затем продолжить ходьбу. 2.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед; на двух ногах между предметами. 3.Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием; верх одной рукой и ловля	1.Прыжки в длину с места; с разбега. 2.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3.Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча; 4.Метание мешочков в вертикальную цель. 5.Ходьба между предметами с мешочком на голове. ИУ: «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг	1.Метание мешочков на дальность; правой и левой рукой — «Кто дальше бросит». 2.Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 4.Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола,	



		его двумя руками. ИУ: «Пас на ходу», «Брось — поймай», прыжки через короткую скакалку	другу»	в группировке — сложившись в «комочек». 5. Ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. ИУ: «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли»		
	<b>Подвижная игра</b>	«Совушка»	«Горелки», «Мышеловка»	«Воробьи и кошка», «Горелки»		
	<b>3-я часть Малоподвижная игра</b>	«Великаны и гномы»	«Летает — не летает»	Ходьба в колонне по одному		

