

**ЛАНГЕПАССКОЕ ГОРОДСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №4 «СОЛНЫШКО»**

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
ЛГ МАДОУ «Детский сад № 4 «Солнышко»
Протокол «29» августа 2024 г. №1

УТВЕРЖДЕНО ПРИКАЗОМ:

И.о. заведующего ЛГ МАДОУ
«Детский сад №4 «Солнышко»
Н.В. Морозова
от «30» августа 2024 г. № 932



**Рабочая программа
по физическому развитию для детей дошкольного возраста
по реализации основной и адаптированной образовательной программы
ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко»
на 2024-2025 учебный год**

Автор-составитель:

Сашко Л.Н., инструктор по физической культуре,
первая квалификационная категория.

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ		3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.1.2.	Принципы формирования Программы	5
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	5
1.2.	Планируемые результаты реализации Программы	10
1.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	13
Раздел II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ		14
2.1.	Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие», раздел «Физическая культура»	14
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	102
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	104
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	107
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	109
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	112
2.7.	Рабочая Программа воспитания	116
2.8.	Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений	118
Раздел III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ		121
3.1.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	121
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	122
3.3.	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	126
3.4.	Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы	127
3.5.	Кадровые условия реализации Программы	128
3.6.	Режим и распорядок дня	131
Раздел IV ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ		133
4.1.	Краткая презентация	133
4.2.	Приложение 1 Учебный план по реализации рабочей программы инструктора по физической культуре на 2024-2025 учебный год	138
	Приложение 2 Индивидуальный план коррекционно-развивающей работы по физическому воспитанию	143
	Приложение 3 Индивидуальный план физического развития ребенка с инвалидностью (ДЦП)	144

РАЗДЕЛ I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа на 2024-2025 учебный год по усвоению воспитанниками программных требований по разделу «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста (от 1 – до 7 (8) лет) (далее – Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО), федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847 (далее – ФОП ДО) и федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1022, зарегистрировано в Минюсте России 27 января 2023 г., регистрационный № 72149 (далее – ФАОП ДО).

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 г. Москва «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Минпросвещения РФ от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

- Образовательная программа ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» на 2024-2025 учебный год.

Обязательная часть Программы соответствует ФОП ДО и обеспечивает:

– воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;

– создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

– создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены программы, направленные на развитие детей в образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках (парциальные образовательные программы), отобранные с учетом приоритетных направлений, климатических особенностей, а также для обеспечения коррекции нарушений развития и ориентированные на потребность детей и их родителей.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы. Материал распределяется по возрастным группам и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

Рабочая программа предполагает проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю в каждой возрастной группе.

Программа разработана:

для групп общеразвивающей направленности:

- Группа №9 «Незабудки» (возраст от 3 до 4 лет)
- Группа №4 «Лучики» (возраст от 4 до 5 лет)
- Группа №11 «Капитошка» (возраст от 4 до 5 лет)
- Группа №6 «Ромашки» (возраст от 5 до 6 лет)
- Группа №5 «Сказка» (возраст от 6 до 7(8) лет)
- Группа №10 «Фантазеры» (возраст от 6 до 7(8) лет)

для групп комбинированной направленности:

- Группа №7 «Непоседы» (с ТНР от 4 до 5 лет)
- Группа №8 «Радуга» (с ЗПР от 5 до 6 лет)

1.1.1. Цели и задачи реализации 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 Программы 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 формирования 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 ДОО.

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.

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 от 1 до 7 (8) лет

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 1 до 3 лет

Период развития ребенка от 1 до 3 лет классифицируется, как ранний возраст. И эти два года являются стадией активного физического развития малыша: значительное увеличение показателей веса и роста, совершенствование внутренних органов и их работы,

укрепление мышечной системы, проявление бурной двигательной активности. Более подробная информация об особенностях данного возрастного периода в плане физического развития детей, приведена в данной статье.

Развитие двигательной активности

Опорно-двигательный аппарат у ребенка раннего возраста становится все крепче, в этот возрастной период интенсивно протекает процесс окостенения мягких костных тканей и хрящей. Этот процесс будет продолжаться еще много лет, но уже сейчас тело ребенка приобретает устойчивость в вертикальном положении.

К характеристикам физического развития детей до 3-х лет относится и укрепление мышечного аппарата. Дети раннего возраста все больше начинают выполнять сложных движений, которые требуют определенных силовых затрат, например, ходьба по ступенькам, залезание на лестницу и спуск с нее. Возрастной период от 2-х до 3-х лет характеризуется пиком двигательной активности маленького человечка. Ближе к школьному возрасту он снизится, при этом процесс снижения у девочек происходит быстрее, чем у мальчиков. Именно этим и объясняется большая усидчивость девочек на уроках, чем мальчиков. В раннем возрасте дети активны и подвижны вне зависимости от пола. Но и здесь важную роль играют индивидуальные особенности как психического, так и физического развития каждого отдельного ребенка. Такие показатели, как темперамент, наследственность, в этом вопросе также из виду выпускать нельзя. Например, флегматики отличаются медлительностью, поэтому дети-флегматики могут отличаться более спокойным поведением, они могут начать и ходить, и говорить позже, чем дети с другим типом темперамента. Незначительное отставание в развитии двигательных умений и навыков могут наблюдаться и у детей раннего возраста с повышенной массой тела. Маленьким толстячкам тяжело угнаться за своими сверстниками с нормальными показателями веса.

Но как бы активны не были дети младшего дошкольного возраста, они еще быстро устают, и часто после активной прогулки, ребенку требуется значительное время для отдыха. Поэтому важно чередовать подвижную деятельность с пассивной, чтобы у ребенка было время на восстановление сил.

Мелкая моторика рук у ребенка в период раннего детства продолжает активно развиваться: движения становятся более точными, амплитуда их становится более мелкая. Малыш уже может манипулировать карандашом (но не обязательно держит его правильно), ложкой, может управляться с застежкой молнией. Но такие навыки, как застегивание пуговиц и завязывание шнурков для него еще трудны в освоении.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 3 до 4 лет

В дошкольном детстве формируется основа здоровья, в том числе, физического развития. Для детей младшего дошкольного возраста свойственны недостаточная устойчивость тела, а также у них ограничены двигательные возможности. Исследования показывают, что у детей быстро развивается нервная система, растет костная масса (скелет), мышечная система укрепляется, совершенствуются крупные движения.

У детей младшего дошкольного возраста большее развитие имеет верхняя часть тела, развит плечевой пояс, характерна достаточно высокая активность при заметной несогласованности движений крупных групп мышц. Дети быстро утомляются, если долго сохраняют одну и ту же позу или если выполняют однообразные движения.

Часто дети этого возраста не могут бегать ритмично, часто падают, не могут удерживать равновесие. При игре, например, с мячом, возникают сложности в ловле, соотношении движений и глазомера.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 4 до 5 лет

В этом возрасте движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Все это позволяет приступить к обучению технике выполнения основных движений, обработке их качества.

Полученные на занятиях знания о значении физических упражнений для организма человека помогают воспитать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни. Педагогам необходимо продолжать начатую в младшей группе работу по укреплению здоровья детей. Для этого необходимо ежедневно проводить: прогулки на воздухе в соответствии с режимом дня, комплекс закаливающих процедур; утреннюю гимнастику продолжительностью 6–8 мин.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 5 до 6 лет

Основными особенностями физического развития детей старшего дошкольного возраста принято считать развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы, равновесия и глазомера. С развитием силы, быстроты, ловкости увеличиваются физические показатели – это длина, высота прыжка, бег, дальность метания. При хорошей выносливости ребёнок может, не уставая, справляться с физическими нагрузками, проходить большие расстояния, долгое время играть в подвижные игры.

Наличие хорошего глазомера позволяет в подвижных играх точно приземляться при прыжках, попадать в цель при метании, соблюдать дистанцию при ходьбе.

Занимаясь физической подготовкой с детьми в дошкольном учреждении, следует использовать разнообразные упражнения для развития силы всех групп мышц в организме, уделяя главное внимание мышцам-разгибателям. При выполнении любых упражнений инструктор должен учитывать индивидуальные возможности ребёнка и физическую нагрузку повышать постепенно.

Сочетание сбалансированного подхода в обучении основным видам движений с развитием физических качеств и двигательных способностей позволяет заложить хороший фундамент общей физической подготовленности и достичь гармоничного физического развития на важном этапе подготовки к обучению в школе.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 6 до 7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий. Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки.

Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей

постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков).

Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.

Так же этот возраст называют «Возрастом вытягивания» и «Возрастом неудержимой двигательной активности», поскольку в нем активно формируется костная система, а также, наблюдается бурная двигательная активность, которая проявляется в различных манерах ребенка.

Характеристика особенностей физического развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)

Задержка речевого развития приводит к задержке психического развития, к отставанию в двигательной сфере, недоразвитие моторики, неуверенность в выполнении упражнений, затрудняет познавательную деятельность, ухудшает психоэмоциональное состояние.

У детей с речевой патологией при выполнении физических упражнений наблюдается несогласованность движений рук и ног, нарушение ритмической структуры движения, отсутствие плавности и четкости, дети с речевой патологией отстают от здоровых сверстников по таким проявлениям как сила, быстрота, выносливость и ловкость, им свойственна неуверенность, боязнь, низкая мотивация, неумение создать образ упражнений, а затем выполнить его.

Сохранение и укрепление здоровья особенно важны для детей с нарушениями речи. У плохо говорящих детей формируется комплекс неполноценности, появляются поведенческие отклонения, характерно недоразвитие психических процессов (внимания, памяти, мышления).

Двигательная активность в дошкольном возрасте является главным фактором функциональной активизации обменных процессов в организме ребёнка.

Характеристика особенностей физического развития детей с задержкой психического развития (ЗПР)

Физические способности детей с ЗПР, как правило, значительно отличаются от способностей нормально развивающихся сверстников. В связи с особенностями психического и физического развития у таких детей отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений; снижена способность к запоминанию и концентрации внимания. Отличительной чертой является замедленность темпов развития мышления, нарушение коры головного мозга, что приводит к трудности овладения двигательными действиями. Формирование двигательной памяти у них затруднено. Отмечается двигательная расторможенность или, наоборот, гиподинамия (они малоподвижны, не любят бегать, прыгать, предпочитают игру другим видам деятельности), недостаточность функции вестибулярного аппарата, характерно нарушение зрительно-слуховой ориентации в пространстве. Движения этих детей не соразмерны, они затрудняются в метании мяча, в выполнении тонких дифференцированных движений пальцами рук. Некоторые дети предпочитают предметы, издающие резкие звуки, шумы, и однообразно ими манипулируют.

У детей со сложными нарушениями развития отмечается заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, выносливости, ловкости, скорости. Особые

затруднения возникают при выполнении согласованных движений рук и ног. Освоение новых видов двигательной деятельности многим детям, особенно старшего возраста, дается с трудом.

Слабые физические данные и низкий уровень развития силы, выносливости, гибкости, быстроты и ловкости у детей со сложными нарушениями развития приводят к тому, что они отстают от своих нормально развивающихся сверстников в показателях физической подготовленности и развитии основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Характеристика особенностей физического развития ребенка-инвалида с детским церебральным параличом (ДЦП)

Ребенок правильного телосложения. Объем пассивных движений в верхних и нижних конечностях достаточный. Активные движения слегка ограничены в правой руке и ногах, преимущественно справа. Мышечный тонус, преимущественно в правых конечностях, слегка повышен. Мышечная сила в верхних конечностях снижена. Тугоподвижность голеностопных суставов с преобладанием справа.

У ребенка с ДЦП имеются нарушения походки, опоры на передние отделы стоп, преимущественно справа. Походка самостоятельная, спастикопаретическая с пронаторной установкой рук и эквинусной установкой правой стопы. Часто спотыкается, падает. Необходимо сопровождение взрослого. Общая моторика нарушена на фоне основного заболевания. Мелкая моторика рук ослаблена, легко ограничена в правой руке. Ведущая рука не определена, пользуется обеими руками. Согласованность рук недостаточная.

В пространственных отношениях путается. Ориентируется в схеме лица и тела.

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 ДОУ - 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.).

РАЗДЕЛ II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие», раздел «Физическая культура»

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 представлено в календарно-тематическом планировании по разделу «Физическое развитие» для младшей группы №9 «Незабудки».

Календарно – тематическое планирование по разделу «Физическое развитие»

В младшей группе № 9 «Незабудки» по разделу «Физическое развитие» проводится 3 занятия в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на улице) по методическому пособию «Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. Конспекты занятий», Л.И. Пензулаевой. Всего по разделу **102** занятия.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (2, 4, 5)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (9, 11, 12)	3 неделя «Овощи. Огород» (16, 18, 19)	4 неделя «Фрукты. Сад» (23, 25, 26)		
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	- развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; - учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; - упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении, прыжки на двух ногах; - развивать умение действовать по сигналу; - учить энергично отталкивать мяч при отталкивании; - развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; - группироваться при лазании под шнур					
	1-я часть Вводная	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		
	2-я часть	Без предметов	Без предмета	С мячом	С кубиками		

	ОРУ					
	Основные виды движений	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»	
	Подвижная игра	«Бегите ко мне»	Игровое задание «Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»	
	3-я часть	Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала	Игровое задание «Найдем птичку»	Ходьба в колонне по одному	«Найдем жучка»	
ОКТАБРЬ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (30.09, 2, 3)	6 неделя «Я и моя семья» (7. 9, 10)	7 неделя «Части тела» (14, 16, 17)	8 неделя «Мой город. ПДД» (21, 23, 24)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (28, 30, 31)
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом, бег также по кругу с поворотом
	2-я часть ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	На стульчиках	На стульчиках
	Основные виды движений	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»	Ползание «Крокодильчики»; равновесие «Пробеги – не задень»

	Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»	«Кот и воробышки»
	3-я часть	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	«Машины поехали в гараж»	«Найдем зайку»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
Н О Я Б Р Ъ		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (2, 6, 7)	11 неделя «Мебель» (11, 13, 14)	12 неделя «Посуда» (18, 20, 21)	13 неделя «Мама всякие важны, мама разные нужны!» (25, 27, 28)	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	
	2-я часть ОРУ	С флажками	С обручем	Без предметов	С флажками	
	Основные виды движений	Ползание «Паучки»; равновесие	Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей «Точный пас»	Игровое задание «Прокати - не задень»; «Проползи – не задень»	Ползание «Паучки»; равновесие	
	Подвижные игры	«Поймай комара»	«Мыши в кладовой»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»	
	3-я часть	Ходьба в колонне по одному	Игра «Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
ДЕК АБР		14 неделя «Профессии» (2, 4, 5)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (9, 11, 12)	16 неделя «Новый год» (16, 18, 19)	17 неделя	

	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге враспынную; - 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				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную	Ходьба в колонне по одному, бег враспынную	Ходьба и бег в колонне по одному с остановками	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками		
	Основные виды движений	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)		
	Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Найди свой домик»	«Лягушки»		
	3-я часть	Ходьба в колонне по одному, «Найдем птенчика»	Ходьба в колонне по одному	«Найдем лягушонка»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (13, 15, 16)		
	Задачи:	Повторить ходьбу с выполнением заданий, упражнения в ползании. Упражнять в: - сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах; - ходьбе колонной по одному; беге враспынную; прыжках на двух ногах; - прокатывании мяча; умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; - катании мяча друг другу; ползании под дугу, не касаясь руками пола; - сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры;				
	1-я часть Вводная часть	Каникулы	Не учебные дни	Игровое упражнение «На полянке»	Ходьба вокруг кубиков (действия по сигналу)	Игровое упражнение «Лягушки и бабочки»
	2-я часть			С обручем	С кубиком	Без предметов

	ОРУ					
	Основные виды движений			«Зайки - прыгуны» - прыжки	«Прокати - поймай»; «Медвежата»	Ползание под дугу, не касаясь руками пола; равновесие «По тропинке»
	Подвижная игра			«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«Лохматый пес»
	3-я часть Малоподвижная игра			Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (3, 5, 6)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (10, 12, 13)	25 неделя «Наша армия сильна!» (17, 19, 20)	26 неделя «Одежда. Обувь» (26, 27)	
	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге вокруг предметов, переменным шагом, врассыпную; - прыжках с продвижением вперед, с высоты и мягком приземлении; - бросании мяча через шнур, умения группироваться в лазании под дугу, равновесии				
	1-я часть Вводная часть	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	
	2-я часть ОРУ	С кольцом	С малым обручем	С мячом	Без предметов	
	Основные виды движений	«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	
Подвижная игра	«Найди свой цвет»	«Воробышки в гнездышках»	«Воробышки и кот»	«Лягушки»		

	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	«Найдем лягушонка»	
МАРТ		27 неделя «8 марта – Международный женский день» (3, 5, 6)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (12, 13)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (17, 19, 20)	30 неделя «Деревья. Кустарники» (24, 26, 27)	
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	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	
	2-я часть ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	С мячом	
	Основные виды движений	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»	
	Подвижная игра	«Кролики»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Зайка серый умывается»	
	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайку»	«Найдем зайку»	
АПРЕЛЬ		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (31.03, 2, 3)	32 неделя «Космос» (7, 9, 10)	33 неделя «Неделя Здоровья» (14, 16, 17)	34 неделя «Жители водоемов» (21, 23, 24)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (28, 30)
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	
	2-я часть ОРУ	На скамейке с кубиком	С косичкой	Без предметов	С обручем	
	Основные виды движений	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 «Медвежата»	Ползание «Проползи – не задень». Равновесие «По мостику»	
	Подвижная игра	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы топаям ногами»	«Огуречик, огуречик»	
	3-я часть Малоподвижная игра	«Найдем лягушонка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
МАЙ		36 неделя «Майские праздники. День Победы» (5, 7, 8)	37 неделя «Насекомые» (12, 14, 15)	38 неделя «Скоро лето!» (19, 21, 22)	39 неделя	
	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге враспынную, 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				
	1-я часть Вводная часть	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, враспынную	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	С кольцом	С мячом	С флажками		
	Основные виды движений	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через шнуры	Прыжки «Парашютисты»; прокатывание мяча	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке		
	Подвижная игра	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и кот»	«Огуречик, огуречик»		
3-я часть	«Где спрятался мышонок»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по			

Малоподвижная игра			одному		
--------------------	--	--	--------	--	--

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 представлено в календарно-тематическом планировании по разделу «Физическая культура» в средней группе общеразвивающей направленности №4 «Лучики» и №11 «Радуга».

Календарно-тематическое планирование по разделу «Физическая культура»

В средней группе общеразвивающей направленности №4 «Лучики» по разделу «Физическая культура» проводится 3 занятия в неделю по методическому пособию «Физическая культура в детском саду. Средняя группа», Л.И. Пензулаева. Всего **101** занятия.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (2, 3, 6)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (9, 10, 13)	3 неделя «Овощи. Огород» (16, 17, 20)	4 неделя «Фрукты. Сад» (23, 24, 27)

СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная	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				
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
	Основные виды движений	1. Упражнения в равновесии (ходьба и бег между двумя линиями в чередовании, главное не наступать на шнур). 2. прыжки на двух ногах на месте с поворотом. 3. ходьба между линиями; 4. «не пропусти мяч»; 5. «не задень»	1. прыжки на месте на двух ногах. 2. прокатывание мяча друг другу. 3. Ползание на четвереньках по прямой. 4. «Прокати обруч»; 5. «Вдоль дорожки»	1. прокатывание мяча друг другу двумя руками. 2. ползание под шнур, не касаясь руками пола. 3. бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками произвольно. 4. лазанье под дугу, не задевая верхнего края. 5. прыжки на двух ногах между кубиками; 6. ИУ: «Мяч через сетку», «Подбрось - поймай»	1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. 3. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики. 4. Лазанье под шнур с опорой на ладони и колени. 5. прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; 6. ИУ: «Перебрось - поймай», «Успей поймать», «Вдоль дорожки»	
	Подвижная игра	«Найди себе пару», «Автомобили»	«Самолеты», «Найди себе пару»	«Огуречик, огуречик...», «Воробышки и кот»	«У медведя во бору», «Огуречик»	
	3-я часть	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Где постучали?»	
ОКТАБРЬ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (30.09, 1, 4)	6 неделя «Я и моя семья» (7, 8, 11)	7 неделя «Части тела» (14, 15, 18)	8 неделя «Мой город. ПДД» (21, 22, 25)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (28, 29, 1.11)
	Задачи:	Учить: - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе;				

		<ul style="list-style-type: none"> - 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. 				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», на носках, на пятках, высоко поднимая колено, с перешагиванием через предметы. Бег в среднем темпе 1,5 мин.				
	ОРУ	Со шнуром	С мячом	С кеглей	С кубиком	С кубиком
	Основные виды движений	<p>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета.</p> <p>ИУ: «Мяч через шнур (сетку)», «Кто быстрее доберется до кегли».</p>	<p>1. Прокатывание мяча в прямом направлении;</p> <p>2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола;</p> <p>3. Лазанье под дугу двумя колоннами поточным способом;</p> <p>4. Прыжки на двух ногах;</p> <p>5. Подбрасывание мяча двумя руками.</p> <p>ИУ: «Прокати – не уроню», «Вдоль дорожки».</p>	<p>1. Подлезания под дугу, не касаясь пола;</p> <p>2. Ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики;</p> <p>3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами.</p> <p>ИУ: «Подбрось - поймай»; «Мяч в корзину»; «Кто скорее по дорожке».</p>	<p>1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах;</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу;</p> <p>ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».</p>	<p>1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах;</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу;</p> <p>ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».</p>
	Подвижные игры	«Кот и мыши»; «Найди свой цвет!»	«Цветные автомобили», «Ловишки»	«Цветные автомобили», «У медведя во бору»	«Лошадки», «Кот и мыши»	«Лошадки», «Кот и мыши»
	3 часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, где спрятано»	«Угадай, кто позвал?»	«Угадай, кто позвал?»
НОЯБРЬ		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (2, 5, 8)	11 неделя «Мебель» (11, 12, 15)	12 неделя «Посуда» (18, 19, 22)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (25, 26, 29)	
	Задачи:	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге между предметами, «змейкой», с изменением направления - в прыжках на двух ногах; - в сохранении равновесия на уменьшенной площади. 				
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному; на носках, на пятках, высоко поднимая колено; бег в колонне по одному, с изменением направления.				

	часть					
	2-я часть ОРУ	С флажками	Без предметов	С мячом	С флажками	
	Основные виды движений	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	1.Прыжки на двух ногах через шнуры; 2.Прокатывание мячей друг другу; 3.Прыжки между предметами; 4.Перебрасывание мяча друг другу; ИУ: «Не попадись», «Догони мяч»	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. ИУ: «Не задень», «Передай мяч»	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	
	Подвижные игры	«Цветные автомобили», «Самолеты»	«Найди себе пару»	«Догони пару»	«Цветные автомобили», «Самолеты»	
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
ДЕКАБРЬ		14 неделя «Профессии» (2, 3, 6)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (9, 10, 13)	16 неделя «Новый год» (16, 17, 20)	17 неделя	
	Задачи:	- развивать внимание при выполнении заданий в беге и ходьбе; - упражнять в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры; - развивать координацию и ловкость в прыжках через препятствие; - упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя.				
	1-я часть Вводная часть	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 поиском своего места в колонне.				
	2-я часть ОРУ	С платочком	С мячом	Без предметов	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
		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,	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		

	Основные виды движений	подталкивая его двумя руками снизу; ИУ: «Веселые снежинки», «Кто быстрее до снеговика», «Кто дальше бросит»		перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени; ИУ: «Кто дальше?», «Снежная карусель»		
	Подвижные игры	«Лиса и куры»	«Веселые снежинки»	«Зайцы и волк»		
	3-я часть Малоподвижные игры	«Найдем цыпленка», ходьба «змейкой» между снежками	Ходьба в колонне по одному	«Где спрятался зайка?»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (13, 14, 17)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (20, 21, 24)	22 неделя «Домашние птицы» (27, 28, 31)
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; - упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; - формировать устойчивое равновесие по уменьшенной площади опоры; - повторить упражнения в прыжках и перебрасывании мяча друг другу; - повторить игровые упражнения; 				
	1-я часть Вводная часть	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			1. Прыжки с гимнастической скамейки; 2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м.; 3. Отбивание мяча одной рукой; 4. Прыжки на двух ногах; ИУ: «Снежная карусель», «Прыжки к елке»	1. Отбивание мяча о пол; 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; 3. Прокатывание мячей друг другу в парах (шеренгах); 4. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни «помедвежь»;	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола; 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс;

					5.Прыжки на двух ногах; ИУ: «Кто дальше бросит», «Перепрыгни – не задень»	3.Равновесие – ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе; 4.Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд.
	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
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (3, 4, 7)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (10, 11, 14)	25 неделя «Наша армия сильна» (17, 18, 21)	26 неделя «Одежда и обувь» (25, 28)	
	Задачи:	- 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;				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами; ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны.				
	2-я часть ОРУ	Без предмета	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой	
	Основные виды движений	1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке; 2.Прыжки через бруски; 3.Ходьба, перешагивая через набивные мячи;	1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, в обе стороны; 2.Прокатывание мяча между предметами;	1.Перебрасывание мячей друг другу; 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; с опорой	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 2.Равновесие – ходьба, перешагивая через набивные	

		4.Прыжки через шнур, положенный вдоль зала; 5.Перебрасывание мячей друг другу ИУ: «Змейкой» между санками», «Добрось до кегли»	3. Прокатывание мяча друг другу; 4.Ходьба на носках руки на поясе ИУ: «Покружись», «Кто дальше бросит»	на ладони и колени; 3.Метание мешочков в вертикальную цель; 4.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке ИУ: «Кто дальше бросит», «Найдем Снегурочку»	мячи, высоко поднимая колени; 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; 4.Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук ИУ: «Точно в цель», «Туннель»	
	Подвижная игра	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробушки и автомобиль»	«Перелет птиц»	
	3-я часть Малоподвижная игра	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	
		27 неделя «Марта-Международный женский день!» (3, 4, 7)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (11, 14)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (17, 18, 21)	30неделя «Деревья. Кустарники» (24, 25, 28)	
МАРТ	Задачи:	- упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, с выполнением задания; враспынную, в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; - развивать ловкость при метании в цель; - закреплять умение действовать по сигналу; - упражнять в прыжках в длину с места, бросании мячей через сетку; - упражнять в ползании на животе по скамейке;				
	1-я часть Вводная часть	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 враспынную с остановкой по сигналу.				
	ОРУ	Без предмета	С обручем	С мячом	С мячом	
	Основные виды движений	1.Ходьба на носках между 4-5 предметами; 2.Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед; 3.Равновесие – ходьба по наклонной доске; 4.Прыжки на двух ногах	1.Прыжки в длину с места; 2.Перебрасывание мячей через шнур; 3.Прокатывание мяча друг другу; 4.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ИУ: «Подбрось - поймай»,	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.Ползание по скамейке с	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени, с	

		через короткую скакалку ИУ: «Быстрые и ловкие», «Сбей кеглю»	«Прокати – не задень»	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»	мешочком на спине; 4.Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове ИУ: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку»	
	Подвижная игра	«Перелет птиц»	«Бездомный заяц», «Лошадка»	«Самолеты»	«Самолеты»	
	3-я часть Малоподвижная игра	«Найди и промолчи»	«Угадай кто кричит»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
АПРЕЛЬ		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (31.03, 1, 4)	32 неделя «Космос» (7, 8, 11)	33 неделя «Неделя Здоровья» (14, 15, 18)	34 неделя «Жители водоемов» (21, 22, 25)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (28, 29)
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - повторить упражнения в равновесии и прыжках; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; - закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; - упражнять в перебрасывании мячей друг другу 				
	1-я часть Вводная часть	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.				
	ОРУ	Без предмета	С кеглей	С мячом	С косичкой	С косичкой
	2-я часть Основные виды движений	1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны; 2.Прыжки на двух ногах через препятствия; 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 4.Прыжки на двух ногах	1.Прыжки в длину с места; 2.метание мешочков в горизонтальную цель; 3.Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча; 4.Отбивание мяча одной рукой одной рукой	1.Метание мешочков на дальность; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах; 4.Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось - поймай»	1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть,	1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки

		через 5-6 шнуров ИУ: «Прокати и поймай», «Сбей кеглю»	несколько раз подряд, и ловля его двумя руками ИУ: «По дорожке», «Не задень»	ИУ: «Успей поймать», «Подбрось - поймай»	руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»	на пояс; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»
	Подвижная игра	«Пробеги тихо», «У медведя во бору»	«Совушка», «Воробышки и автомобиль»	«Догони пару», «Совушка»	«Птички и кошка», «Догони пару»	«Птички и кошка», «Догони пару»
	3-я часть Малоподвиж ная игра	«Угадай, кто позвал»	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
МАЙ		36 неделя «День Победы!» (5, 6)	37 неделя «Насекомые» (12, 13, 16)	38 неделя «Скоро лето» (19, 20, 23)	39 неделя Не учебная неделя	
	Задачи:	- 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; - упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; с высоким подниманием колен;				

	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ползании по скамейке; - закреплять прыжки через короткую скакалку; - закрепить умение перестраиваться по ходу движения. 			
1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег парами, врассыпную; 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;			
2-я часть ОРУ	Без предмета	С кубиком	С палкой	
Основные виды движений	<p>1.Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги;</p> <p>2.Прыжки в длину с места;</p> <p>3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше;</p> <p>4.Прокатывание мяча между кубиками «змейкой», выпрямиться, поднять мяч над головой и потянуться ИУ: «Достань до мяча», «Перепрыгни ручеек», «Пробеги – не задень»</p>	<p>1.Прыжки в длину с места через шнур;</p> <p>2.Перебрасывание мячей друг другу;</p> <p>3.Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте;</p> <p>4.Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой) ИУ: «Попади в корзину», «Подбрось - поймай».</p>	<p>1.Метание в вертикальную цель;</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе;</p> <p>3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и ступни;</p> <p>4.Прыжки через короткую скакалку ИУ: «Не урони», «Не задень»</p>	
Подвижная игра	«Котята и щенята», «Совушка»	«Удочка», «Котята и щенята»	«Зайцы и волк», «Пробеги тихо»	
3-я часть Малоподвиж ная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайца», «Кто ушел»	

Календарно-тематическое планирование по разделу «Физическое развитие»

В средней группе общеразвивающей направленности №11 «Капитошка» по разделу «Физическая культура» проводится 3 занятия в неделю по методическому пособию «Физическая культура в детском саду. Средняя группа», Л.И. Пензулаева.. Всего **103** занятия.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (3, 4, 6)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (10, 11, 13)	3 неделя «Овощи. Огород» (17, 18, 20)	4 неделя «Фрукты. Сад» (24, 25, 27)		
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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.					
	1-я часть Вводная	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					
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем		
	Основные виды движений	1. Упражнения в равновесии (ходьба и бег между двумя линиями в чередовании, главное не наступать на шнур). 2. прыжки на двух ногах на месте с поворотом. 3. ходьба между линиями; 4. «не пропусти мяч»; 5. «не задень»	1. прыжки на месте на двух ногах. 2. прокатывание мяча друг другу. 3. Ползание на четвереньках по прямой. 4. «Прокати обруч»; 5. «Вдоль дорожки»	1. прокатывание мяча друг другу двумя руками. 2. ползание под шнур, не касаясь руками пола. 3. бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками произвольно. 4. лазанье под дугу, не задевая верхнего края. 5. прыжки на двух ногах между кубиками; 6. ИУ: «Мяч через сетку», «Подбрось - поймай»	1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. 3. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики. 4. Лазанье под шнур с опорой на ладони и колени. 5. прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; 6. ИУ: «Перебрось - поймай», «Успей поймать», «Вдоль дорожки»		
	Подвижная игра	«Найди себе пару», «Автомобили»	«Самолеты», «Найди себе пару»	«Огуречик, огуречик...», «Воробышки и кот»	«У медведя во бору», «Огуречик»		
	3-я часть	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Где постучали?»		

ОКТАБРЬ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (1, 2, 4)	6 неделя «Я и моя семья» (8, 9, 11)	7 неделя «Части тела» (15, 16, 18)	8 неделя «Мой город. ПДД» (22, 23, 25)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (29, 30, 01.11)
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», на носках, на пятках, высоко поднимая колено, с перешагиванием через предметы. Бег в среднем темпе 1,5 мин.				
	ОРУ	Со шнуром	С мячом	С кеглей	С кубиком	С кубиком
	Основные виды движений	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 уроню», «Вдоль дорожки».	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. ИУ: «Подбрось - поймай»; «Мяч в корзину»; «Кто скорее по дорожке».	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах; 2. Прокатывание мячей друг другу; ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах; 2. Прокатывание мячей друг другу; ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».
	Подвижные игры	«Кот и мыши»; «Найди свой цвет!»	«Цветные автомобили», «Ловишки»	«Цветные автомобили», «У медведя во бору»	«Лошадки», «Кот и мыши»	«Лошадки», «Кот и мыши»
	3 часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, где спрятано»	«Угадай, кто позвал?»	«Угадай, кто позвал?»
	Н О	10 неделя «Дружат дети всей	11 неделя «Мебель»	12 неделя «Посуда»	13 неделя «Мамы всякие важны,	

		планеты» (5, 6, 8)	(12, 13, 15)	(19, 20, 22)	мамы разные нужны!» (26, 27, 29)	
	Задачи:	Упражнять: - в ходьбе и беге между предметами, «змейкой», с изменением направления - в прыжках на двух ногах; - в сохранении равновесия на уменьшенной площади.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, на пяточках, высоко поднимая колено; бег в колонне по одному, с изменением направления.				
	2-я часть ОРУ	С флажками	Без предметов	С мячом	С флажками	
	Основные виды движений	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	1.Прыжки на двух ногах через шнуры; 2.Прокатывание мячей друг другу; 3.Прыжки между предметами; 4.Перебрасывание мяча друг другу; ИУ: «Не попадись», «Догони мяч»	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. ИУ: «Не задень», «Передай мяч»	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	
	Подвижные игры	«Цветные автомобили», «Самолеты»	«Найди себе пару»	«Догони пару»	«Цветные автомобили», «Самолеты»	
	3-я часть Малоподвиж ные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		14 неделя «Профессии» (3, 4, 6)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (10, 11, 13)	16 неделя «Новый год» (17, 18, 20)	17 неделя	
ДЕКАБРЬ	Задачи:	- развивать внимание при выполнении заданий в беге и ходьбе; - упражнять в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры; - развивать координацию и ловкость в прыжках через препятствие; - упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах (кубики или кегли); ходьба и бег в рассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне.				
	2-я часть	С платочком	С мячом	Без предметов	Каникулярная неделя	

	ОРУ				Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	Основные виды движений	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»		
	Подвижные игры	«Лиса и куры»	«Веселые снежинки»	«Зайцы и волк»		
	3-я часть Малоподвижные игры	«Найдем цыпленка», ходьба «змейкой» между снежками	Ходьба в колонне по одному	«Где спрятался заяка?»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (14, 15, 17)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (21, 22, 24)	22 неделя «Домашние птицы» (28, 29, 31)
	Задачи:	- упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; - упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; - формировать устойчивое равновесие по уменьшенной площади опоры; - повторить упражнения в прыжках и перебрасывании мяча друг другу; - повторить игровые упражнения;				
	1-я часть Вводная часть	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
				1.Прыжки с гимнастической скамейки; 2.Перебрасывание мячей	1. Отбивание мяча о пол; 2.Ползание по гимнастической скамейке с	1.Лазанье под шнур боком, не касаясь

	Основные виды движений			друг другу с расстояния 2 м.; 3.Отбивание мяча одной рукой; 4. Прыжки на двух ногах; ИУ: «Снежная карусель», «Прыжки к елке»	опорой на ладони и ступни; 3.Прокатывание мячей друг другу в парах (шеренгах); 4.Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи»; 5.Прыжки на двух ногах; ИУ: «Кто дальше бросит», «Перепрыгни – не задень»	руками пола; 2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; 3.Равновесие – ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе; 4.Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд.
	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
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (4, 5, 7)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (11, 12, 14)	25 неделя «Наша армия сильна» (18, 19, 21)	26 неделя «Одежда и обувь» (25, 26, 28)	
	Задачи:	- 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;				
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами; ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны.				

	часть						
	2-я часть ОРУ	Без предмета	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой		
	Основные виды движений	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 порядке ИУ: «Кто дальше бросит», «Найдем Снегурочку»	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 правой и левой ноге, используя взмах рук ИУ: «Точно в цель», «Туннель»		
Подвижная игра	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробушки и автомобиль»	«Перелет птиц»			
3-я часть Малоподвижная игра	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			
МАРТ		27 неделя « Марта-Международный женский день!» (4, 5, 7)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (11, 12, 14)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (18, 19, 21)	30неделя «Деревья. Кустарники» (25, 26, 28)		
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - развивать ловкость при метании в цель; - закреплять умение действовать по сигналу; - упражнять в прыжках в длину с места, бросании мячей через сетку; - упражнять в ползании на животе по скамейке; 					
	1-я часть Вводная часть	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.					

	ОРУ	Без предмета	С обручем	С мячом	С мячом	
	Основные виды движений	1.Ходьба на носках между 4-5 предметами; 2.Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед; 3.Равновесие – ходьба по наклонной доске; 4.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку ИУ: «Быстрые и ловкие», «Сбей кеглю»	1.Прыжки в длину с места; 2.Перебрасывание мячей через шнур; 3.Прокатывание мяча друг другу; 4.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ИУ: «Подбрось - поймай», «Прокати – не задень»	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по 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»	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по 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»	
	Подвижная игра	«Перелет птиц»	«Бездомный заяц», «Лошадка»	«Самолеты»	«Самолеты»	
	3-я часть Малоподвижная игра	«Найди и промолчи»	«Угадай кто кричит»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (1, 2, 4)	32 неделя «Космос» (8, 9, 11)	33 неделя «Неделя Здоровья» (15, 16, 18)	34 неделя «Жители водоемов» (22, 23, 25)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (29, 30)
АПРЕЛЬ	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; с поиском своего места в колонне; с остановкой на сигнал; между предметами; - повторить упражнения в равновесии и прыжках; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; - закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; - упражнять в перебрасывании мячей друг другу 				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, по сигналу переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой; врассыпную; с изменением направления движения.				
	ОРУ	Без предмета	С кеглей	С мячом	С косичкой	С косичкой

2-я часть Основные виды движений	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны; 2.Прыжки на двух ногах через препятствия; 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 4.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров ИУ: «Прокати и поймай», «Сбей кеглю»</p>	<p>1.Прыжки в длину с места; 2.метание мешочков в горизонтальную цель; 3.Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча; 4.Отбивание мяча одной рукой одной рукой несколько раз подряд, и ловля его двумя руками ИУ: «По дорожке», «Не задень»</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах; 4.Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось - поймай» 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; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»</p>	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»</p>
	Подвижная игра	«Пробеги тихо», «У медведя во бору»	«Совушка», «Воробышки и автомобиль»	«Догони пару», «Совушка»	«Птички и кошка», «Догони пару»

	3-я часть Малоподвижная игра	«Угадай, кто позвал»	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
МАЙ		36 неделя «День Победы!» (6, 7)	37 неделя «Насекомые» (13, 14, 16)	38 неделя «Скоро лето» (20, 21, 23)	39 неделя Не учебная неделя		
	Задачи:	- 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; - упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; с высоким подниманием колен; - упражнять в ползании по скамейке; - закреплять прыжки через короткую скакалку; - закрепить умение перестраиваться по ходу движения.					
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег парами, враспынную; 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;					
	2-я часть ОРУ	Без предмета	С кубиком	С палкой			
	Основные виды движений	1.Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной 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»	1.Прыжки в длину с места через шнур; 2.Перебрасывание 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».	1.Метание в вертикальную цель; 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»			

Подвижная игра	«Котята и щенята», «Совушка»	«Удочка», «Котята и щенята»	«Зайцы и волк», «Пробеги тихо»		
3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайца», «Кто ушел»		

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 представлено в календарно – тематическом планировании по разделу «Физическое развитие» старшей группе общеразвивающей направленности № 6 «Ромашки».

Календарно-тематическое планирование по разделу «Физическое развитие»

В старшей группе общеразвивающей направленности №6 «Ромашки» по разделу «Физическое развитие» проводится 3 занятия в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на улице) по методическому пособию «Физическая культура в детском саду. Старшая группа», Л.И. Пензулаева. Всего по разделам **103** занятия.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (3, 4, 6)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (10, 11, 13)	3 неделя «Овощи. Огород» (17, 18, 20)	4 неделя «Фрукты. Сад» (24, 25, 27)		
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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					
	1-я часть Вводная	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		
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой		
	Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между предметами. 3. Перебрасывание мячей друг другу, броски о пол. ИУ: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	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 предметами. ИУ: «Передай мяч», «Не задень»	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. 4. Перебрасывание мячей друг другу. ИУ: «Не попадись», «Мяч о стенку»	1. Пролезание в обруч боком. 2. Ходьба, перешагивая через кубики, с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, продвигаясь вперед. ИУ: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»		
	Подвижная игра	«Мышеловка»	«Фигуры», «Мы веселые ребята»	«Удочка», «Быстро возьми»	«Мы веселые ребята»		
	3-я часть	«У кого мяч?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному, между предметами	Ходьба в колонне по одному, между кеглями		
ОКТ ЯНВ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (1, 2, 4)	6 неделя «Я и моя семья» (8, 9, 11)	7 неделя «Части тела» (15, 16, 18)	8 неделя «Мой город. ПДД» (22, 23, 25)	9 неделя «Мой дом. Бытовые»	

					приборы» (29, 30, 01)
Задачи:	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.				
1-я часть Вводная часть	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	Ходьба в колонне по два, поворот через левое плечо. Ходьба и бег по одному, враспынную
2-я часть ОРУ	Без предметов	С гимнастической палкой	С малым мячом	С обручем	С обручем
Основные виды движений	1.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 2.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, слева и справа, продвигаясь вперед. 3.Броски мяча двумя руками друг от друга, передача мяча друг другу. ИУ: отбивание мяча	1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Броски мяча друг другу, перебрасывание от груди Ползание по скамейке на четвереньках, с переползанием через препятствия. ИУ: «Проведи мяч», «Мяч водящему», «Не попадись»	1.Метание мяча в горизонтальную цель 2.Подлезание под дугу прямо и боком в группировке. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 4.Ползание на четвереньках между предметами. 5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом. ИУ: «Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким» эстафета	1.Пролезание в обруч боком в группировке. 2.Ходьба по скамейке, перешагивая через предмет на середине, на середине сесть, хлопнуть в ладоши. 3.Прыжки на двух ногах на мат высотой 20 см, с трех шагов. 4.Ползание на четвереньках с преодолением препятствий. ИУ: «Посадка картофеля», «Попади в корзину»	1.Пролезание в обруч боком в группировке. 2.Ходьба по скамейке, перешагивая через предмет на середине, на середине сесть, хлопнуть в ладоши. 3.Прыжки на двух ногах на мат высотой 20 см, с трех шагов. 4.Ползание на четвереньках с преодолением препятствий.

						ИУ: «Посадка картофеля», «Попади в корзину»
	Подвижные игры	«Перелет птиц», «Не попадись»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси-лебеди», «Ловишки-перебежки»	«Гуси-лебеди», «Ловишки-перебежки»
	3 часть Малоподвижная игра	«Найди и промолчи»	«У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному	«Летает – не летает», «Затейники»	«Летает – не летает», «Затейники»
НОЯБРЬ		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (5, 6, 8)	11 неделя «Мебель» (12, 13, 15)	12 неделя «Посуда» (19, 20, 22)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (26, 27, 29)	
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному. По сигналу «Фигуры», дети изображают кого-либо. Ходьба и бег враспынную	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 враспынную	
	2-я часть ОРУ	На гимнастической скамейке	Без предметов	С мячом	На гимнастической скамейке	
	Основные виды движений	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на левой и правой ноге до предмета. 4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. ИУ: «Мяч о стенку»	1.Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. 2.Переползание на животе по скамейке, на четвереньках, подталкивая мяч головой. 3.Ведение мяча, продвигаясь вперед.	1.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 2.Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом. 4.Ползание по скамейке на четвереньках, с опорой	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на левой и правой ноге до предмета. 4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. ИУ: «Мяч о стенку»	

			ИУ: «Мяч водящему», «По мостику»	на предплечья и колени. 5. Ходьба на носках, руки за головой, между мячами. ИУ: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни – не задень», «Ловишки парами»		
	Подвижные игры	«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»	«Не оставайся на полу», «Ловишки с ленточками»	«Удочка»	«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»	
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному, «Затейники»	Ходьба в колонне по одному. «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»	
		14 неделя «Профессии» (3, 4, 6)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (10, 11, 13)	16 неделя «Новый год» (17, 18, 20)	17 неделя	
	Задачи:	Упражнять в: - умении сохранить в беге правильную дистанцию, ходьбе и беге по кругу, с поворотом; - ходьбе по наклонной доске; ползании; сохранении устойчивого равновесия; - перебрасывании мяча; умении ловить мяч; лазании по гимнастической стенке.				
ДЕКАБРЬ	1-я часть Вводная часть	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.	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов		
		1. Ходьба по наклонной доске прямо, боком, переход на скамейку, приставным шагом боком, с перешагиванием через мячи	1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ползание на	1. Перебрасывание мяча большого диаметра, с хлопком в ладоши, друг другу, стоя в шеренгах. 2. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь		

	Основные виды движений	2.Прыжки на двух ногах через бруски, между мячами. 3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах, в произвольной форме. ИУ: «Кто дальше бросит», «Не задень»	четвереньках между предметами. 4. Ползание по прямой, подталкивая мяч головой. 5. Прокатывание мяча большого. ИУ: «Метко в цель», «Кто быстрее до снеговика», «Пройдем по мосточку»	руками за края, на четвереньках с мешочком на спине. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, боком приставным шагом. ИУ: «Метко в цель»		
	Подвижные игры	«Ловишки с ленточками», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Охотники и зайцы», «Смелые воробышки»		
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному. «Сделай фигуру»	«У кого мяч?», «Найди предмет»	Ходьба в колонне по одному между предметами. «Летает – не летает»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (14, 15, 17)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (21, 22, 24)	22 неделя «Домашние птицы» (28, 29, 31)
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Каникулы		Ходьба и бег по кругу, взявшись за веревку, перехват в другую руку	Ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий, между предметами, в рассыпную	Построение в шеренгу, колонну по одному, в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону
	2-я часть ОРУ			С веревкой	На гимнастической скамейке	С обручем

	Основные виды движений			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 носку 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»	
	Подвижная игра				«Совушка»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Хитрая лиса»
	3-я часть Малоподвижная игра				«Найдем зайца»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
Ф		23 неделя «Зимующие и перелетные»	24 неделя «Животные жарких и	25 неделя «Наша армия сильна»	26 неделя «Одежда и обувь»		

	птицы» (4, 5, 7)	холодных стран» (11, 12, 14)	(18, 19, 21)	(25, 26, 28)	
Задачи:	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				
1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, до 1 минуты, с изменением направления. Разминка на санках и лыжах	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 направления движения, враспынную	
2-я часть ОРУ	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов	
Основные виды движений	1. Ходьба и бег по скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки через бруски; правым и левым боком. 3. Бросание мячей в корзину от груди, из-за головы. ИУ: «Точный пас», «По дорожке»	1. Прыжки в длину с места. 2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке. ИУ: «Кто дальше», «Кто быстрее»	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. 2. Подлезание под палку. 3. Перешагивание через шнур. 4. Ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони». 5. Ходьба на носках между кеглями, поставленные в один ряд. ИУ: «Точно в круг», «Кто дальше»	1. Лазанье на гимнастическую стенку. 2. Ходьба по скамейке, приставляя пятку к носку; руки за головой. 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места; между предметами. 4. Отбивание мяча в ходьбе. 5. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. ИУ: «Гонки санок», «Не попадись», «По мостику»	
Подвижная игра	«Охотники и зайцы», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка», «Ловишки»	«Гуси - лебеди»	

	3-я часть Малоподвижная игра	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	
МАРТ		27 неделя «Марта-Международный женский день!» (4, 5, 7)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (11, 12, 14)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (18, 19, 21)	30 неделя «Деревья. Кустарники» (25, 26, 28)	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону; бег с поворотом, в рассыпную	Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по сигналу; в рассыпную между кубиками, не задевая их	Ходьба со сменой темпа движения	Ходьба со сменой темпа движения	
	ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С кубиком	С кубиком	
	Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 2. Прыжки из обруча в обруч; а двух ногах через набивные мячи. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине. ИУ: «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень»	1. Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча. 3. Ползание на четвереньках между предметами, по прямой. ИУ: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»	1. Лазанье по скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»); на четвереньках. 2. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше. 3. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч. ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»	1. Лазанье по скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»); на четвереньках. 2. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше. 3. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч. ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»	
	Подвижная игра	«Пожарные на учении», «Горелки»	«Медведи пчелы», «Карусель»	«Кто быстрее?»	«Кто быстрее?»	

	3-я часть Малоподвижная игра	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему», «Летает – не летает»	Ходьба колонной по одному	«Угадай по голосу»	«Угадай по голосу»	
		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (1, 2, 4)	32 неделя «Космос» (8, 9, 11)	33 неделя «Неделя Здоровья» (15, 16, 18)	34 неделя «Жители водоемов» (22, 23, 25)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (29, 30)
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу, с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой, бег врассыпную	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	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами
	ОРУ	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	С малым мячом	Без предметов	Без предметов
АПРЕЛЬ	2-я часть Основные виды движений	1.Ходьба по скамейке, руки в стороны; с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 2.Прыжки через 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»	1.Прыжки с короткой скакалкой на месте, вращая ее вперед; продвигая ее вперед. 2.Покатывание обручей друг другу. 3.Пролезание в обруч прямо и боком. ИУ: «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай», эстафета «Кто быстрее до флажка»	1.Метание мешочков в вертикальную цель, способом от плеча; правой и левой рукой. 2.Ползание по прямой, затем переползание через скамейку; на ладонях и ступнях («по-медвежьи»). 3.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги. ИУ: «Кто быстрее», «Мяч в кругу»	1.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; по рейке 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»	1.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; по рейке 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»
	Подвижная игра	«Медведь и пчелы»	«Стой»	«Удочка», «Карусель»	«Горелки»	«Горелки»
	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, «Кто ушел»	Ходьба в колонне по одному	«Угадай чей голосок»	«Угадай чей голосок»
МАИ		36 неделя «День Победы!» (6, 7)	37 неделя «Насекомые» (13, 14, 16)	38 неделя «Скоро лето» (20, 21, 23)	39 неделя Не учебная неделя	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом		
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс; боком приставным шагом, на середине	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3.Ползание по прямой	1.Броски мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками. 2.Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке.			

		присесть, встать и пойти дальше. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. 3.Броски мяча о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками. ИУ: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»	на ладонях и ступнях («по-медвежьи»). 4.Забрасывание мяча в кольцо. 5.Лазанье под дугу. ИУ: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»	3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; с мешочком на голове. ИУ: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»		
	Подвижная игра	«Мышеловка», «Гуси-лебеди»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Пожарные на учении», «Мышеловка»		
	3-я часть Малоподвижная игра	«Что изменилось?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному		

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 представлено в календарно-тематическом планировании по разделу «Физическое развитие» в подготовительных к школе группах общеразвивающей направленности №5 «Сказка», №10 «Фантазеры».

Календарно – тематическое планирование по разделу «Физическое развитие»

В подготовительной к школе группе общеразвивающей направленности №5 «Сказка» по разделу «Физическое развитие» проводится 3 занятия в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на улице) по методическому пособию «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа», Л.И. Пензулаева. Всего по разделам **100 занятий.**

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (2, 5, 6)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (9, 12, 13)	3 неделя «Овощи. Огород» (16, 19, 20)	4 неделя «Фрукты. Сад» (23, 26, 27)	
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная	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	
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С палками	
	Основные виды движений	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.	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, не касаясь руками пола и не	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;	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	

		3.Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. ИУ: «Ловкие ребята», «Пингвина», «Догони свою пару»	задевая его. 4.Ползание «Крокодил». ИУ: «Быстро встань в колонну», «Прокати обруч»	на ладонях и ступнях («по-медвежьи»). 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. ИУ: «Быстро передай», «Пройди не задень»	приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 3.Прыжки из обруча в обруч; на правой и левой ноге через шнуры. 4.Лазанье в обруч правым и левым боком, не задевая верхнего края обода. ИУ: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта»		
	Подвижная игра	«Ловишки»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Совушка»	«Не попадись», «Фигуры»		
	3-я часть	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		
		5 неделя «Ягоды. Грибы» (30, 3, 4)	6 неделя «Я и моя семья» (7, 10, 11)	7 неделя «Части тела» (14, 17, 18)	8 неделя «Мой город. ПДД» (21, 24, 25)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (28, 31, 1)	
ОКТАБРЬ	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; с высоким подниманием колен; - упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; - развивать ловкость в упражнении с мячом; ходьбе со сменой темпа движения; - беге с преодолением препятствий; ходьбе с изменением направления движения по сигналу; - приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - беге враспынную; в ползании на четвереньках с дополнительным заданием 					
	1-я часть Вводная часть	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	Ходьба в колонне по одному, по сигналу переход на ходьбу с высоким подниманием колен, руки на поясе; бег в	Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения.	

		изменяют направление движения, а затем переходят к бегу с перепрыгиванием через препятствия	среднем темпе		
ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом	С мячом
Основные виды движений	<p>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.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по 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. ИУ: «Перебрось — поймай», «Не попадись»</p>	<p>1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик.</p> <p>2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант); и забрасывание мяча в корзину двумя руками.</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. ИУ: «Кто самый меткий?», «Перепрыгни — не задень»</p>	<p>1. Ведение мяча по прямой, баскетбольный вариант; между предметами.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке, хват рук с боков; на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч.</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками; руки за голову. ИУ: «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p>	<p>1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед; с мешочком на спине.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге 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. ИУ: «Лягушки», «Не попадись»</p>	<p>1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед; с мешочком на спине.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге 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. ИУ: «Лягушки», «Не попадись»</p>

	Подвижные игры	«Перелет птиц», «Фигуры»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Не попадись»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»	
	3 часть	Ходьба в колонне по одному	«Эхо», ходьба в колонне по одному	«Летает — не летает»	Ходьба в колонне по одному, «Эхо»	Ходьба в колонне по одному, «Эхо»	
НОЯБРЬ		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (2, 7, 8)	11 неделя «Мебель» (11, 14, 15)	12 неделя «Посуда» (18, 21, 22)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (25, 28, 29)		
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; - упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом; - упражнять в ходьбе с изменением направления движения; бросании мяча друг другу; - прыжках через скакалку; ползании по скамейке на четвереньках с мешочком на спине; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами; ведении мяча с продвижением вперед 					
	1-я часть Вводная часть	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;		
	2-я часть ОРУ	С короткой скакалкой	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов		
	Основные виды движений	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	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 мяча	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	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, руки		

		из-за головы; передача мяча в шеренгах. ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»	в шеренгах. ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»	мешочком на голове. 4.Метание мешочков в горизонтальную цель. 5.Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении. ИУ.	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»	
	Подвижные игры	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Перелет птиц», «По местам»	«Фигуры»	
	3-я часть Малоподвижные игры	«Затейники»	«Затейники»	«Летает — не летает», ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
ДЕКАБРЬ		14 неделя «Профессии» (2, 5, 6)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (9, 12, 13)	16 неделя «Новый год» (16, 19, 20)	17 неделя	
	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; 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				
	1-я часть Вводная часть	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,	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег враспынную	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения,	

		семенящим шагом, руки на пояс; бег враспынную, ходьба в колонне по одному		подвижные игры, экскурсии	
2-я часть ОРУ	В парах	Без предметов	С малым мячом		
Основные виды движений	<p>1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи, руки свободно балансируют; руки на пояс, 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.</p> <p>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 дугу 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.</p> <p>ИУ: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди — не урони»</p>		
Подвижные игры	«Хитрая лиса», «Совушка»	«Салки с ленточкой»	«Попрыгунчики-воробышки», «Лягушки и цапля»		
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Эхо!»	Ходьба в колонне по одному		

ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (13, 16, 17)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (20, 23, 24)	22 неделя «Домашние птицы» (27, 30, 31)
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; - развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке; - упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; - развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур; - повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; - упражнять в ползании на четвереньках; упражнениях на сохранение равновесия и в прыжках 				
	1-я часть Вводная часть	Каникулы		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 и левой ногой без паузы	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; ходьба и бег в рассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному
	2-я часть ОРУ			С кубиком	Без предметов	Со скакалкой
Основные виды движений			1. Прыжки в длину с места на мат. 2. «Поймай мяч»; бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой; на ладонях и коленях с мешочком на спине. ИУ: «Кто дальше	1. Переброска мячей друг другу. 2. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазанье под шнур. 3. Ходьба на носках, между предметами, руки на пояс.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; на четвереньках между предметами. 2. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки; ходьба по рейке	

				бросит?», «Веселые воробышки»		гимнастической скамейки, руки за голову. 3.Прыжки через короткую скакалку различными способами. 4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. ИУ: «По ледяной дорожке», «По местам», «Поезд»
	Подвижная игра			«Совушка», «Два Мороза»	«Удочка», «Хоккеисты», катание друг друга на санках	«Паук и мухи»
	3-я часть Малоподвижная игра			Ходьба в умеренном темпе между предметами	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (3, 6, 7)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (10, 13, 14)	25 неделя «Наша армия сильна» (17, 20, 21)	26 неделя «Одежда и обувь» (27, 28)	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу, ходьба короткими,	Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу; ходьба и бег враспынную с	

			спиной, ходьба и бег в рассыпную	семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении по кругу, переход на обычную ходьбу колонной по одному	нахождением своего места в колонне	
2-я часть ОРУ	С обручем		С палкой	Без предметов	С мячом	
Основные виды движений	<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 кругу мяч. По сигналу водящий передает мяч вправо, следующему игроку, тот передает мяч дальше по кругу. Как только мяч снова окажется у водящего, тот передает мяч влево по кругу, а получив вновь мяч, поднимает его высоко</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 цель правой и левой рукой.</p> <p>ИУ: «Гонка санок», «Загони шайбу»</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 поясе.</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>5. Эстафета с мячом «Передал — садись»</p> <p>ИУ: «Не попадись»</p>		

		над головой. ИУ: «Точная подача», «Попрыгунчики»				
	Подвижная игра	«Ключи», «Два Мороза»	«Не оставайся на земле», «Затейники»	«Не попадись», «Карусель»	«Жмурки», «Белые медведи»	
	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, чей голосок?»	
МАРТ		27 неделя « Марта-Международный женский день!» (3, 6, 7)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (13, 14)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (17, 20, 21)	30неделя «Деревья. Кустарники» (24, 27, 28)	31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (31)
	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге между предметами; ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; - в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; - повторить задание в прыжках, ползании, эстафету с мячом; - повторить ходьбу с выполнением заданий; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель;				
	1-я часть Вводная часть	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
	ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	С палкой	С малым мячом
	Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки; в колонне по	1.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед; через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам. 2.Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.	1.Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине таким

		<p>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 мячом.</p> <p>ИУ: «Лягушки в болоте»,</p>	<p>руками и ловля его после отскока от пола; переброска мячей в парах.</p> <p>3.Ползание под шнур, не касаясь руками пола, сгруппироваться «в комочек»; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях «по-медвежьи». ИУ: «Мы — веселые ребята», «Охотники и утки»</p>	<p>3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют или на поясе; ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове.</p> <p>ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p>	<p>3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют или на поясе; ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове.</p> <p>ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p>	<p>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 мячом.</p> <p>ИУ: «Лягушки в болоте»</p>
	Подвижная игра	«Ключи»	«Затейники», «Тихо — громко»	«Волк во рву», «Горелки»	«Волк во рву», «Горелки»	«Ключи»
	3-я часть Малоподвижная игра	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
АПРЕЛЬ		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (3, 4)	32 неделя «Космос» (7, 10, 11)	33 неделя «Неделя Здоровья» (14, 17, 18)	34 неделя «Жители водоемов» (21, 24, 25)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (28)
	Задачи:	<p>Упражнять в:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; 				
	1-я часть	Ходьба в колонне по	Ходьба и бег в колонне по	Ходьба в колонне по	Игровое задание «По	Игровое задание

Вводная часть	одному, ходьба вокруг кубиков; бег; переход на ходьбу; Игра «Быстро возьми»	одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.	одному. По сигналу перестроение в колонну по два; ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную	местам»	«По местам»
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимнастических скамейках	На гимнастических скамейках
2-я часть Основные виды движений	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 задень», «С кочки на кочку»	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». 5.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно. ИУ: «Пройди — не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас	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»	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»

	Подвижная игра	«Хитрая лиса», «Охотники и утки»	«Мышеловка», «Горелки»	ногой», «Поймай мяч» «Затейники», «Ловишки»	«Салки с ленточкой», «Лягушки в болоте», «Горелки»	«Салки с ленточкой», «Лягушки в болоте», «Горелки»
	3-я часть Малоподвижная игра	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»	Ходьба в колонне по одному, «Великаны и гномы»
МАЙ		36 неделя «День Победы!» (5, 8)	37 неделя «Насекомые» (12, 15, 16)	38 неделя «Скоро лето» (19, 22, 23)	39 неделя Не учебная неделя	
	Задачи:	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; врассыпную; - 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				
	1-я часть Вводная часть	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	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов		

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

Календарно – тематическое планирование по разделу «Физическое развитие»

В подготовительной к школе группе общеразвивающей направленности №10 «Фантазеры» по разделу «Физическое развитие» проводится 3 занятия в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на улице) по методическому пособию «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа», Л.И. Пензулаева. Всего по разделам **102 занятия**.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (2, 4, 5)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (9, 11, 12)	3 неделя «Овощи. Огород» (16, 18, 19)	4 неделя «Фрукты. Сад» (23, 25, 26)	
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная	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	
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С палками	
	Основные виды движений	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 двумя руками снизу; из-за головы. ИУ: «Ловкие ребята», «Пингвина», «Догони свою пару»	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, не касаясь руками пола и не задевая его. 4.Ползание «Крокодил». ИУ: «Быстро встань в колонну», «Прокати обруч»	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-медвежьи»). 3.Ходьба по гимнастической скамейке поднимая правую ногу – хлопнуть под коленом в ладоши, опуская ногу – развести руки в	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, перешагивая через набивные мячи. 3.Прыжки из обруча в обруч; на правой и левой ноге через шнуры. 4.Лазанье в обруч правым и левым боком,	

				стороны; поворот на середине и пройти дальше. ИУ: «Быстро передай», «Пройди не задень»	не задевая верхнего края обода. ИУ: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта»		
	Подвижная игра	«Ловишки»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Совушка»	«Не попадись», «Фигуры»		
	3-я часть	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		
ОКТАБРЬ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (30, 2, 3)	6 неделя «Я и моя семья» (7, 9, 10)	7 неделя «Части тела» (14, 16, 17)	8 неделя «Мой город. ПДД» (21, 23, 24)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (28, 30, 31)	
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; с высоким подниманием колен; - упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; - развивать ловкость в упражнении с мячом; ходьбе со сменой темпа движения; - беге с преодолением препятствий; ходьбе с изменением направления движения по сигналу; - приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - беге враспынную; в ползании на четвереньках с дополнительным заданием 					
	1-я часть Вводная часть	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.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения.	
	ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом	С мячом	
		1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову, на середине	1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик.	1.Ведение мяча по прямой, баскетбольный	1.Ползание на четвереньках в прямом направлении,	1.Ползание на четвереньках в прямом	

	Основные виды движений	<p>присесть, руки в стороны, поднять руки и пройти дальше; боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.</p> <p>2.Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по 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>2.Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант); и забрасывание мяча в корзину двумя руками.</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>вариант; между предметами.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке, хват рук с боков; на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч.</p> <p>3.Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками; руки за голову.</p> <p>ИУ: «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p>	<p>подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед; с мешочком на спине.</p> <p>2.Прыжки на правой и левой ноге 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>	<p>направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед; с мешочком на спине.</p> <p>2.Прыжки на правой и левой ноге 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>
	Подвижные игры	«Перелет птиц», «Фигуры»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Не попадись»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»
	3 часть	Ходьба в колонне по одному	«Эхо», ходьба в колонне по одному	«Летает — не летает»	Ходьба в колонне по одному, «Эхо»	Ходьба в колонне по одному, «Эхо»
НОЯБРЬ		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (2, 6, 7)	11 неделя «Мебель» (11, 13, 14)	12 неделя «Посуда» (18, 20, 21)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (25, 27, 28)	
	Задачи:	- закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату;				

	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом; - упражнять в ходьбе с изменением направления движения; бросании мяча друг другу; - прыжках через скакалку; ползании по скамейке на четвереньках с мешочком на спине; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами; ведении мяча с продвижением вперед 				
1-я часть Вводная часть	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;	
2-я часть ОРУ	С короткой скакалкой	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов	
Основные виды движений	<p>1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.</p> <p>3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы; передача мяча в шеренгах.</p> <p>ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»</p>	<p>1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.</p> <p>3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы; передача мяча в шеренгах.</p> <p>ИУ: Передача мяча по кругу в одну и другую сторону; «Не задень»</p>	<p>1.Ведение мяча в прямом направлении и между предметами.</p> <p>2.Лазанье под дугу.</p> <p>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.</p> <p>4.Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>5.Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении.</p> <p>ИУ.</p>	<p>1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет по диагонали.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше; ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на пояс или за голову.</p> <p>4.Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о</p>	

					пол двумя руками; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. ИУ: «Передай мяч», «С кочки на кочку»	
	Подвижные игры	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Перелет птиц», «По местам»	«Фигуры»	
	3-я часть Малоподвижные игры	«Затейники»	«Затейники»	«Летает — не летает», ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
		14 неделя «Профессии» (2, 4, 5)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (9, 11, 12)	16 неделя «Новый год» (16, 18, 19)	17 неделя	
ДЕКАБРЬ	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	В парах	Без предметов	С малым мячом		

	Основные виды движений	1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи, руки свободно балансируют; руки на пояс, на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше; 2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их; прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед. 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	1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; между предметами на двух ногах; 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. 4. Прокатывание мяча между предметами. 5. Ползание под дугу правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура, группируясь в «комочек». ИУ: «Пройди — не урони», «Из кружка в кружок», «Стой!»	1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мячей в парах. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков; на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс. 4. Прыжки со скамейки на мат или коврик. ИУ: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди — не урони»		
	Подвижные игры	«Хитрая лиса», «Совушка»	«Салки с ленточкой»	«Попрыгунчики-воробышки», «Лягушки и цапля»		
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Эхо!»	Ходьба в колонне по одному		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (13, 15, 16)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (20, 22, 23)	22 неделя «Домашние птицы» (27, 29, 30)

Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; - развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке; - упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; - развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур; - повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; - упражнять в ползании на четвереньках; упражнениях на сохранение равновесия и в прыжках 				
1-я часть Вводная часть	Каникулы		Ходьба в колонне по одному, по команде выполняются задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному в обход зада. По сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой без паузы	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному
2-я часть ОРУ			С кубиком	Без предметов	Со скакалкой
Основные виды движений			1.Прыжки в длину с места на мат. 2. «Поймай мяч»; бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. 3.Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой; на ладонях и коленях с мешочком на спине. ИУ: «Кто дальше бросит?», «Веселые воробышки»	1.Переброска мячей друг другу. 2.Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазанье под шнур. 3.Ходьба на носках, между предметами, руки на пояс.	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; на четвереньках между предметами. 2.Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки; ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. 3.Прыжки через короткую

						скакалку различными способами. 4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. ИУ: «По ледяной дорожке», «По местам», «Поезд»
	Подвижная игра			«Совушка», «Два Мороза»	«Удочка», «Хоккеисты», катание друг друга на санках	«Паук и мухи»
	3-я часть Малоподвижная игра			Ходьба в умеренном темпе между предметами	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (3, 5, 6)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (10, 12, 13)	25 неделя «Наша армия сильна» (17, 19, 20)	26 неделя «Одежда и обувь» (26, 27)	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	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 в движении по кругу,	Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне	

				переход на обычную ходьбу колонной по одному		
2-я часть ОРУ	С обручем	С палкой		Без предметов	С мячом	
Основные виды движений	<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 кругу мяч. По сигналу водящий передает мяч вправо, следующему игроку, тот передает мяч дальше по кругу. 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>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 цель правой и левой рукой.</p> <p>ИУ: «Гонка санок», «Загони шайбу»</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>5. Эстафета с мячом «Передал — садись»</p> <p>ИУ: «Не попадись»</p>		
Подвижная игра	«Ключи», «Два Мороза»	«Не оставайся на земле», «Затейники»		«Не попадись», «Карусель»	«Жмурки», «Белые медведи»	

	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, чей голосок?»	
		27 неделя « Марта-Международный женский день!» (3, 5, 6)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (12, 23)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (17, 19, 20)	30неделя «Деревья. Кустарники» (24, 26, 27)	
	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге между предметами; ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; - в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; - повторить задание в прыжках, ползании, эстафету с мячом; - повторить ходьбу с выполнением заданий; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель;				
МАРТ	1-я часть Вводная часть	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	
	ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	С палкой	
	Основные виды движений	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. 2.Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. 3.«Передача мяча в	1.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед; через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам. 2.Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола; переброска мячей в парах. 3.Ползание под шнур, не касаясь руками пола, сгруппироваться «в	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют или на	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках; с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют или на пояс; ходьба между	

		шеренге» эстафета с мячом. ИУ: «Лягушки в болоте»,	комочек»; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях «помедвежьи». ИУ: «Мы — веселые ребята», «Охотники и утки»	пояс; ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове. ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»	предметами «змейкой» с мешочком на голове. ИУ: «Пас ногой», «Ловкие зайчата»	
	Подвижная игра	«Ключи»	«Затейники», «Тихо — громко»	«Волк во рву», «Горелки»	«Волк во рву», «Горелки»	
	3-я часть Малоподвижная игра	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	
АПРЕЛЬ		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (31, 2, 3)	32 неделя «Космос» (7, 9, 10)	33 неделя «Неделя Здоровья» (14, 16, 17)	34 неделя «Жители водоемов» (21, 23, 24)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (28, 30)
	Задачи:	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 равновесие, в прыжках, с мячом;				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков; бег; переход на ходьбу; Игра «Быстро возьми»	Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу перестроение в колонну по два; ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную	Игровое задание «По местам»	Игровое задание «По местам»
	ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимнастических скамейках	На гимнастических скамейках
	2-я часть Основные	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Броски мяча друг другу в парах.	1.Метание мешочков на дальность — «Кто дальше бросит».	1.Бросание мяча в шеренгах; переброска мячей друг другу в	1.Бросание мяча в шеренгах; переброска мячей

М А	виды движений	<p>мяч перед собой и за спиной; боком, приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть, руки вынести вперед, подняться и пройти дальше.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед; на месте и продвигаясь вперед.</p> <p>3.Переброска мячей в шеренгах; в парах. ИУ: «Перешагни — не задень», «С кочки на кочку»</p>	<p>3.Ползание на четвереньках — «Кто быстрее до кубика».</p> <p>4.Эстафета с мячом «Передал—садись».</p> <p>5.Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур. ИУ: «Пас ногой», «Пингвины»</p>	<p>2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; с опорой на ладони и колени между предметами.</p> <p>3.Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы.</p> <p>4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «Кто быстрее до предмета».</p> <p>5.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно. ИУ: «Пройди — не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч»</p>	<p>парах.</p> <p>2.Прыжки в длину с разбега; через шнуры на правой и левой ноге попеременно.</p> <p>3.Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. ИУ: «Догони пару», «Передача мяча в колонне»</p>	<p>друг другу в парах.</p> <p>2.Прыжки в длину с разбега; через шнуры на правой и левой ноге попеременно.</p> <p>3.Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. ИУ: «Догони пару», «Передача мяча в колонне»</p>
	Подвижная игра	«Хитрая лиса», «Охотники и утки»	«Мышеловка», «Горелки»	«Затейники», «Ловишки»	«Салки с ленточкой», «Лягушки в болоте», «Горелки»	«Салки с ленточкой», «Лягушки в болоте», «Горелки»
	3-я часть Малоподвижная игра	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»	Ходьба в колонне по одному, «Великаны и гномы»
	36 неделя «День Победы!»	37 неделя «Насекомые»	38 неделя «Скоро лето»	39 неделя Не учебная неделя		

	(5, 7, 8)	(12, 14, 15)	(19, 21, 22)		
Задачи:	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				
1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары по ходу движения; бег в рассыпную	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу; ходьба и бег в рассыпную	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении; ходьба и бег в рассыпную	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
2-я часть ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов		
Основные виды движений	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 его	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 другу»	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, в группировке —		

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

4-5 лет (дети с ТНР)

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности; формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для обучающихся с ТНР решаются в разнообразных формах работы. Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» по следующим разделам: физическая культура; представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре. Активными участниками образовательного процесса должны стать родители (законные представители), а также все остальные специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у обучающихся представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

Календарно-тематическое планирование по разделу «Физическая культура»

В средней группе комбинированной направленности для детей с ТНР №7 «Непоседы» по разделу «Физическая культура» проводится 3 занятия в неделю по методическому пособию: «Физическая культура в детском саду. Средняя группа», Л.И. Пензулаева. Всего 102 занятия.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (3, 5, 6)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (10, 12, 13)	3 неделя «Овощи. Огород» (17, 19, 20)	4 неделя «Фрукты. Сад» (24, 26, 27)	
СЕНТЯБРЬ	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная	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				
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
	Основные виды движений	1.Упражнения в равновесии (ходьба и бег между двумя линиями в чередовании, главное не наступать на шнур). 2. прыжки на двух ногах на месте с поворотом. 3. ходьба между линиями; 4. «не пропусти мяч»; 5. «не задень»	1. прыжки на месте на двух ногах. 2. прокатывание мяча друг другу. 3.Ползание на четвереньках по прямой. 4. «Прокати обруч»; 5. «Вдоль дорожки»	1.прокатывание мяча друг другу двумя руками. 2. ползание под шнур, не касаясь руками пола. 3. бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками произвольно. 4. лазанье под дугу, не задевая верхнего края. 5. прыжки на двух ногах между кубиками; 6. ИУ: «Мяч через сетку», «Подбрось - поймай»	1.Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. 3. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики. 4. Лазанье под шнур с опорой на ладони и колени. 5. прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; 6. ИУ: «Перебрось - поймай», «Успей поймать», «Вдоль	

					дорожки»	
	Подвижная игра	«Найди себе пару», «Автомобили»	«Самолеты», «Найди себе пару»	«Огуречик, огуречик...», «Воробышки и кот»	«У медведя во бору», «Огуречик»	
	3-я часть	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Где постучали?»	
		5 неделя «Ягоды. Грибы» (1, 3, 4)	6 неделя «Я и моя семья» (8, 10, 11)	7 неделя «Части тела» (15, 17, 18)	8 неделя «Мой город. ПДД» (22, 24, 25)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (29, 31,1)
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», на носках, на пятках, высоко поднимая колено, с перешагиванием через предметы. Бег в среднем темпе 1,5 мин.				
	ОРУ	Со шнуром	С мячом	С кеглей	С кубиком	С кубиком
ОКТАБРЬ	Основные виды движений	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 уроню», «Вдоль дорожки».	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. ИУ: «Подбрось - поймай»; «Мяч в корзину»; «Кто скорее по дорожке».	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах; 2. Прокатывание мячей друг другу; ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах; 2. Прокатывание мячей друг другу; ИУ: «Подбрось - поймай». Эстафета «Кто быстрее».

	Подвижные игры	«Кот и мыши»; «Найди свой цвет!»	«Цветные автомобили», «Ловишки»	«Цветные автомобили», «У медведя во бору»	«Лошадки», «Кот и мыши»	«Лошадки», «Кот и мыши»
	3 часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, где спрятано»	«Угадай, кто позвал?»	«Угадай, кто позвал?»
Н О Я Б Р Ъ		10 неделя «Друзят дети всей планеты» (5, 7, 8)	11 неделя «Мебель» (12, 14, 15)	12 неделя «Посуда» (19, 21, 22)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (26, 28, 29)	
	Задачи:	Упражнять: - в ходьбе и беге между предметами, «змейкой», с изменением направления - в прыжках на двух ногах; - в сохранении равновесия на уменьшенной площади.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, на пяточках, высоко поднимая колено; бег в колонне по одному, с изменением направления.				
	2-я часть ОРУ	С флажками	Без предметов	С мячом	С флажками	
	Основные виды движений	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	1.Прыжки на двух ногах через шнуры; 2.Прокатывание мячей друг другу; 3.Прыжки между предметами; 4.Перебрасывание мяча друг другу; ИУ: «Не попадись», «Догони мяч»	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. ИУ: «Не задень, «Передай мяч»	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 3.Прыжки на двух ногах до кубика. ИУ: «Пингвины», «Кто дальше бросит»	
	Подвижные игры	«Цветные автомобили», «Самолеты»	«Найди себе пару»	«Догони пару»	«Цветные автомобили», «Самолеты»	
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
ДЕКАБРЬ		14 неделя «Профессии» (3, 5, 6)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (10, 12, 13)	16 неделя «Новый год» (17, 19, 20)	17 неделя	
	Задачи:	- развивать внимание при выполнении заданий в беге и ходьбе;				

		<ul style="list-style-type: none"> - упражнять в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры; - развивать координацию и ловкость в прыжках через препятствие; - упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя. 				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах (кубики или кегли); ходьба и бег в рассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне.				
	2-я часть ОРУ	С платочком	С мячом	Без предметов	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально - развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	Основные виды движений	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»		
	Подвижные игры	«Лиса и куры»	«Веселые снежинки»	«Зайцы и волк»		
	3-я часть Малоподвижные игры	«Найдем цыпленка», ходьба «змейкой» между снежками	Ходьба в колонне по одному	«Где спрятался зайка?»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (14, 16, 17)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (21, 23, 24)	22 неделя «Домашние птицы» (28, 30, 31)
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; - упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; - формировать устойчивое равновесие по уменьшенной площади опоры; - повторить упражнения в прыжках и перебрасывании мяча друг другу; - повторить игровые упражнения; 				
	1-я часть	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу. Ходьба между				

	Вводная часть	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			1.Прыжки с гимнастической скамейки; 2.Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м.; 3.Отбивание мяча одной рукой; 4. Прыжки на двух ногах; ИУ: «Снежная карусель», «Прыжки к елке»	1. Отбивание мяча о пол; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; 3.Прокатывание мячей друг другу в парах (шеренгах); 4.Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни «помедвежь»; 5.Прыжки на двух ногах; ИУ: «Кто дальше бросит», «Перепрыгни – не задень»	1.Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола; 2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; 3.Равновесие – ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе; 4.Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд.
	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
ФЕВРАЛЬ		23 неделя «Зимующие и перелетные птицы» (4, 6, 7)	24 неделя «Животные жарких и холодных стран» (11, 13, 14)	25 неделя «Наша армия сильна» (18, 20, 21)	26 неделя «Одежда и обувь» (25, 27, 28)	

	Задачи:	- 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;				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами; ходьба и бег врассыпную. Построение в три колонны.				
	2-я часть ОРУ	Без предмета	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой	
	Основные виды движений	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 порядке ИУ: «Кто дальше бросит», «Найдем Снегурочку»	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 правой и левой ноге, используя взмах рук ИУ: «Точно в цель», «Туннель»	
	Подвижная игра	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробушки и автомобиль»	«Перелет птиц»	
	3-я часть Малоподвиж ная игра	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	
МАРТ		27 неделя « Марта-Международный женский день!» (4, 6, 7)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (11, 13, 14)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (18, 20, 21)	30неделя «Деревья. Кустарники» (25, 27, 28)	
	Задачи:	- 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; - развивать ловкость при метании в цель;				

		<ul style="list-style-type: none"> - закреплять умение действовать по сигналу; - упражнять в прыжках в длину с места, бросании мячей через сетку; - упражнять в ползании на животе по скамейке; 				
	1-я часть Вводная часть	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 враспынную с остановкой по сигналу.				
	ОРУ	Без предмета	С обручем	С мячом	С мячом	
	Основные виды движений	1.Ходьба на носках между 4-5 предметами; 2.Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед; 3.Равновесие – ходьба по наклонной доске; 4.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку ИУ: «Быстрые и ловкие», «Сбей кеглю»	1.Прыжки в длину с места; 2.Перебрасывание мячей через шнур; 3.Прокатывание мяча друг другу; 4.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ИУ: «Подбрось - поймай», «Прокати – не задень»	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по 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»	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание по 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»	
	Подвижная игра	«Перелет птиц»	«Бездомный заяц», «Лошадка»	«Самолеты»	«Самолеты»	
	3-я часть Малоподвиж ная игра	«Найди и промолчи»	«Угадай кто кричит»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	
АПРЕЛЬ		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (1, 3, 4)	32 неделя «Космос» (8,10, 11)	33 неделя «Неделя Здоровья» (15, 17, 18)	34 неделя «Жители водоемов» (22, 24, 25)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (29)
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - повторить упражнения в равновесии и прыжках; - упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; 				

	<p>- закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; - упражнять в перебрасывании мячей друг другу</p>				
1-я часть Вводная часть	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.				
ОРУ	Без предмета	С кеглей	С мячом	С косичкой	С косичкой
2-я часть Основные виды движений	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны; 2.Прыжки на двух ногах через препятствия; 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом; 4.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров ИУ: «Прокати и поймай», «Сбей кеглю»</p>	<p>1.Прыжки в длину с места; 2.метание мешочков в горизонтальную цель; 3.Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча; 4.Отбивание мяча одной рукой одной рукой несколько раз подряд, и ловля его двумя руками ИУ: «По дорожке», «Не задень»</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность; 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; 3.Прыжки на двух ногах; 4.Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось - поймай» 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; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»</p>	<p>1.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс; 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч; 3.Ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс, на середине присесть, руки вперед, подняться и пройти дальше; 4.Прыжки на двух ногах между предметами ИУ: «Накинь кольцо»,</p>

						«Мяч через сетку»
	Подвижная игра	«Пробеги тихо», «У медведя во бору»	«Совушка», «Воробышки и автомобиль»	«Догони пару», «Совушка»	«Птички и кошка», «Догони пару»	«Птички и кошка», «Догони пару»
	3-я часть Малоподвижная игра	«Угадай, кто позвал»	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
		36 неделя «День Победы!» (6, 8)	37 неделя «Насекомые» (13, 15, 16)	38 неделя «Скоро лето» (20, 22, 23)	39 неделя Не учебная неделя	
	Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; с высоким подниманием колен; - упражнять в ползании по скамейке; - закреплять прыжки через короткую скакалку; - закрепить умение перестраиваться по ходу движения. 				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег парами, враспынную; 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;				
	2-я часть ОРУ	Без предмета	С кубиком	С палкой		
МАЙ	Основные виды движений	1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной 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	1. Прыжки в длину с места через шнур; 2. Перебрасывание 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».	1. Метание в вертикальную цель; 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»		

		потянуться ИУ: «Достань до мяча», «Перепрыгни ручеек», «Пробеги – не задень»				
	Подвижная игра	«Котятa и щенята», «Совушка»	«Удочка», «Котятa и щенята»	«Зайцы и волк», «Пробеги тихо»		
	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдем зайца», «Кто ушел»		

Старшая группа – дети с ЗПР (от 5 до 6 лет):

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям.

Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

Календарно-тематическое планирование по разделу «Физическая культура»

В старшей группе комбинированной направленности для детей 5-6 лет с ЗПР №8 «Радуга» по разделу «Физическая культура» проводится 3 занятия в неделю. Всего **102 занятия** в год.

Месяц	Задачи, этапы занятия	1 неделя «Наш детский сад» (2, 4, 5)	2 неделя «Осень. Приметы осени» (9, 11, 12)	3 неделя «Овощи. Огород» (16, 18, 19)	4 неделя «Фрукты. Сад» (23, 25, 26)	
-------	-----------------------	--	---	---	---	--

СЕНТЯБРЬ	Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и бег колонной по одному, в рассыпную, 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				
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, на носках, бег по одному, в рассыпную	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	
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой	
	Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между предметами. 3. Перебрасывание мячей друг другу, броски о пол. ИУ: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	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 предметами. ИУ: «Передай мяч», «Не задень»	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. 4. Перебрасывание мячей друг другу. ИУ: «Не попадись», «Мяч о стенку»	1. Пролезание в обруч боком. 2. Ходьба, перешагивая через кубики, с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, продвигаясь вперед. ИУ: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»	
	Подвижная игра	«Мышеловка»	«Фигуры», «Мы веселые ребята»	«Удочка», «Быстро возьми»	«Мы веселые ребята»	
	3-я часть	«У кого мяч?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному, между предметами	Ходьба в колонне по одному, между кеглями	
ОКТАБРЬ		5 неделя «Ягоды. Грибы» (30.09, 2, 3)	6 неделя «Я и моя семья» (7, 9, 10)	7 неделя «Части тела» (14, 16, 17)	8 неделя «Мой город. ПДД» (21, 23, 24)	9 неделя «Мой дом. Бытовые приборы» (28, 30, 31)
	Задачи:	Упражнять в:				

	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 				
1-я часть Вводная часть	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	Ходьба в колонне по два, поворот через левое плечо. Ходьба и бег по одному, враспынную
2-я часть ОРУ	Без предметов	С гимнастической палкой	С малым мячом	С обручем	С обручем
Основные виды движений	<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>	<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>

	Подвижные игры	«Перелет птиц», «Не попадись»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси-лебеди», «Ловишки-перебежки»	«Гуси-лебеди», «Ловишки-перебежки»
	3 часть Малоподвижная игра	«Найди и промолчи»	«У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному	«Летает – не летает», «Затейники»	«Летает – не летает», «Затейники»
		10 неделя «Дружат дети всей планеты» (2, 6, 7)	11 неделя «Мебель» (11, 13, 14)	12 неделя «Посуда» (18, 20, 21)	13 неделя «Мамы всякие важны, мамы разные нужны!» (25, 27, 28)	
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному. По сигналу «Фигуры», дети изображают кого-либо. Ходьба и бег враспынную	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 враспынную	
	2-я часть ОРУ	На гимнастической скамейке	Без предметов	С мячом	На гимнастической скамейке	
Н О Я Б Р Ъ	Основные виды движений	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на левой и правой ноге до предмета. 4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. ИУ: «Мяч о стенку»	1.Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. 2.Переползание на животе по скамейке, на четвереньках, подталкивая мяч головой. 3.Ведение мяча, продвигаясь вперед. ИУ: «Мяч водящему», «По мостику»	1.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 2.Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом. 4.Ползание по скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени. 5.Ходьба на носках, руки за головой, между мячами.	1.Подлезание под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 3.Прыжки на левой и правой ноге до предмета. 4. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. ИУ: «Мяч о стенку»	

				ИУ: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни – не задень», «Ловишки парами»		
	Подвижные игры	«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»	«Не оставайся на полу», «Ловишки с ленточками»	«Удочка»	«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»	«Пожарные на учении», «Ловишки-перебежки», «Удочка»
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному, «Затейники»	Ходьба в колонне по одному. «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному. «У кого мяч?»
		14 неделя «Профессии» (2, 4, 5)	15 неделя «Зима. Приметы зимы» (9, 11,12)	16 неделя «Новый год» (16, 18, 19)	17 неделя	
	Задачи:	Упражнять в: - умении сохранить в беге правильную дистанцию, ходьбе и беге по кругу, с поворотом; - ходьбе по наклонной доске; ползании; сохранении устойчивого равновесия; - перебрасывании мяча; умении ловить мяч; лазании по гимнастической стенке.				
ДЕКАБРЬ	1-я часть Вводная часть	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.	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов		
		1.Ходьба по наклонной доске прямо, боком, переход на скамейку, приставным шагом боком, с перешагиванием через мячи 2.Прыжки на двух ногах	1.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3.Ползание на четвереньках между	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		

	Основные виды движений	через бруски, между мячами. 3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах, в произвольной форме. ИУ: «Кто дальше бросит», «Не задень»	предметами. 4. Ползание по прямой, подталкивая мяч головой. 5. Прокатывание мяча большого. ИУ: «Метко в цель», «Кто быстрее до снеговика», «Пройдем по мосточку»	четвереньках с мешочком на спине. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, боком приставным шагом. ИУ: «Метко в цель»		
	Подвижные игры	«Ловишки с ленточками», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Охотники и зайцы», «Смелые воробышки»		
	3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному. «Сделай фигуру»	«У кого мяч?», «Найди предмет»	Ходьба в колонне по одному между предметами. «Летает – не летает»		
ЯНВАРЬ		18 неделя	19 неделя Не учебные дни	20 неделя «Дикие животные и их детеныши» (13, 15, 16)	21 неделя «Домашние животные и их детеныши» (20, 22, 23)	22 неделя «Домашние птицы» (27, 29, 30)
	Задачи:	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.				
	1-я часть Вводная часть	Каникулы		Ходьба и бег по кругу, взявшись за веревку, перехват в другую руку	Ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий, между предметами, в рассыпную	Построение в шеренгу, колонну по одному, в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону
2-я часть ОРУ			С веревкой	На гимнастической скамейке	С обручем	

	Основные виды движений			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 носку 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»	
	Подвижная игра				«Совушка»	«Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос»	«Хитрая лиса»
	3-я часть Малоподвижная игра				«Найдем зайца»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
Ф		23 неделя «Зимующие и перелетные»	24 неделя «Животные жарких и	25 неделя «Наша армия сильна»	26 неделя «Одежда и обувь»		

	птицы» (3, 5, 6)	холодных стран» (10, 12, 13)	(17, 19, 20)	(26, 27)	
Задачи:	Упражнять в: - ходьбе и беге врассыпную, 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				
1-я часть Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, до 1 минуты, с изменением направления. Разминка на санках и лыжах	Построение в колонну по одному, в круг, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, врассыпную 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 направления движения, врассыпную	
2-я часть ОРУ	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов	
Основные виды движений	1. Ходьба и бег по скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки через бруски; правым и левым боком. 3. Бросание мячей в корзину от груди, из-за головы. ИУ: «Точный пас», «По дорожке»	1. Прыжки в длину с места. 2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке. ИУ: «Кто дальше», «Кто быстрее»	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. 2. Подлезание под палку. 3. Перешагивание через шнур. 4. Ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони». 5. Ходьба на носках между кеглями, поставленные в один ряд. ИУ: «Точно в круг», «Кто дальше»	1. Лазанье на гимнастическую стенку. 2. Ходьба по скамейке, приставляя пятку к носку; руки за головой. 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места; между предметами. 4. Отбивание мяча в ходьбе. 5. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. ИУ: «Гонки санок», «Не попадись», «По мостику»	
Подвижная игра	«Охотники и зайцы», «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка», «Ловишки»	«Гуси - лебеди»	

	3-я часть Малоподвижная игра	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		
МАРТ		27 неделя «Марта-Международный женский день!» (3, 5, 6)	28 неделя «Весна. Приметы весны» (12, 13)	29 неделя «Цветы. Комнатные растения» (17, 19, 20)	30неделя «Деревья. Кустарники» (24, 26,27)		
	Задачи:	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					
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону; бег с поворотом, враспынную	Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по сигналу; враспынную между кубиками, не задевая их	Ходьба со сменой темпа движения	Ходьба со сменой темпа движения		
	ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С кубиком	С кубиком		
	Основные виды движений	1.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 2.Прыжки из обруча в обруч; а двух ногах через набивные мячи. 3.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине. ИУ: «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень»	1.Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат. 2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча. 3.Ползание на четвереньках между предметами, по прямой. ИУ: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»	1.Лазанье по скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»); на четвереньках. 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше. 3.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч. ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»	1.Лазанье по скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»); на четвереньках. 2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; повернуться кругом и пойти дальше. 3.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч. ИУ: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай»		
	Подвижная игра	«Пожарные на учении», «Горелки»	«Медведи пчелы», «Карусель»	«Кто быстрее?»	«Кто быстрее?»		

	3-я часть Малоподвижная игра	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему», «Летает – не летает»	Ходьба колонной по одному	«Угадай по голосу»	«Угадай по голосу»	
		31 неделя «Хлеб. Продукты питания» (31, 2, 3)	32 неделя «Космос» (7, 9, 10)	33 неделя «Неделя Здоровья» (14, 16, 17)	34 неделя «Жители водоемов» (21, 23, 24)	35 неделя «Транспорт. Виды транспорта» (28, 30)
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу, с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой, бег врассыпную	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	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами
	ОРУ	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	С малым мячом	Без предметов	Без предметов
АПРЕЛЬ	2-я часть Основные виды движений	1.Ходьба по скамейке, руки в стороны; с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 2.Прыжки через 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»	1.Прыжки с короткой скакалкой на месте, вращая ее вперед; продвигая ее вперед. 2.Покатывание обручей друг другу. 3.Пролезание в обруч прямо и боком. ИУ: «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай», эстафета «Кто быстрее до флажка»	1.Метание мешочков в вертикальную цель, способом от плеча; правой и левой рукой. 2.Ползание по прямой, затем переползание через скамейку; на ладонях и ступнях («по-медвежьи»). 3.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги. ИУ: «Кто быстрее», «Мяч в кругу»	1.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; по рейке 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»	1.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; по рейке 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»
	Подвижная игра	«Медведь и пчелы»	«Стой»	«Удочка», «Карусель»	«Горелки»	«Горелки»
	3-я часть Малоподвижная игра	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, «Кто ушел»	Ходьба в колонне по одному	«Угадай чей голосок»	«Угадай чей голосок»
МАИ		36 неделя «День Победы!» (5, 7, 8)	37 неделя «Насекомые» (12, 14, 15)	38 неделя «Скоро лето» (19, 21, 22)	39 неделя Не учебная неделя	
	Задачи:	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				
	1-я часть Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот; ходьба и бег враспынную	Ходьба и бег в колонне по одному, по сигналу с перешагиванием через шнуры, враспынную	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную	Каникулярная неделя Спортивные и музыкально-развлекательные праздники и развлечения, подвижные игры, экскурсии	
	2-я часть ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом		
	Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс; боком приставным шагом, на середине	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3.Ползание по прямой	1.Броски мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками. 2.Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке.		

		<p>присесть, встать и пойти дальше.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.</p> <p>3.Броски мяча о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками. ИУ: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»</p>	<p>на ладонях и ступнях («по-медвежьи»).</p> <p>4.Забрасывание мяча в кольцо.</p> <p>5.Лазанье под дугу.</p> <p>ИУ: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»</p>	<p>3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; с мешочком на голове.</p> <p>ИУ: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»</p>		
	Подвижная игра	«Мышеловка», «Гуси-лебеди»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Пожарные на учении», «Мышеловка»		
	3-я часть Малоподвижная игра	«Что изменилось?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному		

2.2. 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 – 7 (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

Таблица №1

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

проектные методы.	<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:

Таблица №2

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.

2.3. 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

Таблица №3

№	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.

Таблица №4

№	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

Таблица №5

№	Режимный процесс	Содержание
1	Образовательная деятельность, осуществляемая в первую половину дня	<ul style="list-style-type: none"> - игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.); - упражнения по освоению навыков культуры здоровья; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - оздоровительные и закаливающие процедуры; - здоровьесберегающие мероприятия; - утренняя гимнастика; - оздоровительная пробежка; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
2	Проведение занятий	<ul style="list-style-type: none"> - образовательные ситуации; - тематические события; - занятия в рамках проектной деятельности; - проблемно-обучающие ситуации, интегрирующие

		содержание образовательных областей.
3	Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки	<ul style="list-style-type: none"> - физические упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей; - подвижные народные игры; - игры с правилами: сюжетные и бессюжетные; - игры с элементами спортивной игры (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон, городки); - подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств дошкольников; - индивидуальная работа с детьми; - проведение спортивных праздников; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
4	Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня	<ul style="list-style-type: none"> - зарядка после дневного сна; - воздушные ванны после сна; - упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции правильной осанки; - игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.); - проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, развлечений, спортивных праздников; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - самостоятельная двигательная деятельность детей.

Культурные практики

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

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

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

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

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

Основные формы организации культурных практик по оздоровлению и физическому развитию детей

Таблица №6

№	Вид деятельности	Культурные практики
1.	Игровая деятельность	- игры с бегом, игры с прыжками, игры с ходьбой,

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

2.4. 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 защищенности, 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.

2.5. 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

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

Принципы взаимодействия в соответствии с ФОП

1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;

2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из

родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию, как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Таблица №7

№	Направление	Содержание	Методы, приемы и способы
1.	Диагностико-аналитическое	Включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении физического развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа.	Опросы, анкеты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); Дни открытых дверей, открытые просмотры физкультурных занятий, приглашение на развлечения, спортивные праздники и другие мероприятия.
2.	Просветительское	Предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей оздоровления и физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией в области сохранения и укрепления здоровья дошкольников; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы, технологий и методик физического развития; содержании и методах образовательной	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,

		работы с детьми.	страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий; совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными традициями и др.
3.	Консультационное	Объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем в физическом воспитании и обучении детей, в том числе в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.	

План работы с родителями

Таблица №8

№	Мероприятия и формы работы	Срок	Ответственные
Информационно-аналитический блок:			
1.	Анкетирование родителей	Сентябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
2.	Родительские собрания	В течение года	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
Досуговый блок (спортивные досуги совместно с родителями):			
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 «Спортивные народные	В течении	Л.Н.Сашко, инструктор по

	игры. Возвращение к традиции»	года	физической культуре
4.	Фотоконкурс «Моя спортивная семья»	Апрель	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
Познавательный блок (консультации):			
1.	«Спортивная форма вашего малыша», «Упражнения для профилактики нарушений осанки».	Сентябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
2.	«Спортивный уголок дома»	Октябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
3.	«Важность утренней гимнастики в физическом развитии детей»	Ноябрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
4.	«Для чего ребенку соблюдать режим дня», «Игры и забавы с детьми от 3 до 7 лет зимой на улице».	Декабрь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
5.	«Внимание! Плоскостопие!»	Январь	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
6.	«Красивая осанка»	Февраль	Л.Н.Сашко, инструктор по физической культуре
7.	«Оздоровливающие 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

2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

В ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» функционирует 9 групп общеразвивающей направленности и 2 группы комбинированной направленности. Данными группами охвачены дети таких нозологий как: дети с тяжёлыми нарушениями речи и дети с задержкой психического развития. В корпусе №1 коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) ведётся в двух группах комбинированной направленности с детьми с ОВЗ, а также КРР ведётся с ребенком-инвалидом из группы №4 общеразвивающей направленности

Коррекционно-развивающая работа 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.

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 воспитатели, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

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.

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого обучающегося определяется с учетом его ОП на основе рекомендаций ППк организации.

В содержание коррекционно-развивающей работы, которая ведётся инструктором по физической культуре с детьми ОВЗ, входят:

- уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- адаптирование сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- наблюдение за состоянием ребенка во время занятий физ. инструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- мотивация на улучшение результатов (похвала);
- релаксация во время занятия;
- оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

Работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья строится по принципу сотрудничества, стараясь передать каждому ребёнку определённые знания, умения и навыки. Только при наличии подлинного сотрудничества взрослого и ребёнка можно добиться положительных результатов. Включаясь в оздоровительную работу, у таких детей появляется устойчивая мотивация и потребность в сохранении собственного здоровья и здоровья окружающих.

Практика показала, что на физкультурных занятиях при правильной организации, можно реализовать целый комплекс задач, не лишая детей двигательной нагрузки: закреплять представления детей об окружающем мире; обогащать словарь ребёнка; развивать социально-коммуникативные отношения и т.д.

Специфической направленностью в работе с этой категорией детей является ее коррекционно-компенсаторная сторона. Исправление нарушений физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей таких детей, являются главным условием подготовки его к жизни. У большинства детей с ОВЗ отмечается недостаточный

уровень развития познавательной сферы, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов и приёмов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе физ. инструктора.

Специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, инвалидностью

Специальными условиями получения образования детьми с ТНР, ЗПР, инвалидностью можно считать создание предметно-пространственной развивающей образовательной среды, учитывающей особенности таких детей; использование специальных дидактических пособий, технологий, методик и других средств обучения (в том числе инновационных и информационных), разрабатываемых образовательной организацией; реализацию комплексного взаимодействия, творческого и профессионального потенциала специалистов образовательной организации при реализации АОП; проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий специалистами учреждения (не реже 2-х раз в неделю); обеспечение эффективного планирования и реализация в организации образовательной деятельности, самостоятельной деятельности детей с ОВЗ, инвалидностью, режимных моментов с использованием вариативных форм работы, обусловленных учетом структуры психоречевого дефекта детей, их индивидуальными особенностями.

Такой системный подход к пониманию специальных условий образования, обеспечивающих эффективность коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ, инвалидностью позволит оптимально решить задачи их обучения и воспитания в дошкольном возрасте.

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих образование детей с ОВЗ, инвалидностью в соответствии с их особыми образовательными потребностями.

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку с ОВЗ, инвалидностью предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и жизненных навыков; учитываются обусловленные структурой нарушенного речевыкового развития особенности деятельности (в том числе речевой), средств ее реализации, ограниченный объем личного опыта.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений детей с ОВЗ, инвалидностью, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития детей с ОВЗ, инвалидностью с учетом необходимости развития вербальных и невербальных компонентов развития в разных видах игры.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию детей с ОВЗ, инвалидностью и сохранению их индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности с учетом особенностей развития и образовательных потребностей детей с ОВЗ, инвалидностью.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста с ОВЗ, инвалидностью.

Использование специальных образовательных программ и методов

Для работы с детьми с ОВЗ (ТНР, ЗПР) на базе учреждения разработаны адаптированные образовательные программы (АОП ДО) по нозологиям.

АОП ДО разработаны на основе следующих программ:

- «Программа логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи у детей», Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина;
- «Современная система коррекционной работы в группе компенсирующей направленности для детей с нарушениями речи (с 3 до 7 лет)», В.Н. Нищева.
- «Подготовка к школе детей с задержкой психического развития» под редакцией С.Г. Шевченко;
- «Ступеньки развития. Коррекционное развивающее обучение и воспитание дошкольников с ЗПР. Ранняя диагностика и коррекция задержки психического развития», Н.Ю. Борякова;
- «Программа логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи у детей», Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, в содержании представлена парциальными программами:

- «Основы безопасности детей дошкольного возраста», Р.Б. Стеркиной, О.Л. Князевой, Н.Н. Авдеевой (группа №7 с ТНР).
- «Наследие Югры: на пути к истокам», Л.Л. Лашкова, П.П. Ушакова, С.А. Якоб (группа №8 с ЗПР).

АОП ДО для детей с ОВЗ опирается на использование специальных методов, привлечение специальных комплексных и парциальных образовательных программ (полностью или частично), специальных методических пособий и дидактических материалов.

Для развития физических способностей используются следующие программы и пособия:

- Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми».
- С.Я. Лайзане «Физическая культура для малышей».
- С.Ю. Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста».

Осуществление квалифицированной коррекции нарушений развития детей с ТНР, ЗПР

Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленных программой, обеспечивается благодаря комплексному подходу и интеграции усилий специалистов и семей воспитанников.

Коррекционная работа с детьми проводится индивидуально и фронтально по результатам психолого-педагогической диагностики и наблюдения всех специалистов группы. Индивидуальная работа осуществляется на занятиях, в режимных моментах, в специально организованное время по рекомендациям логопеда, педагога-психолога. Воспитатели организуют коррекционную работу в течение дня (игры, коррекционный круг, логопедические пятиминутки и т.д.). Инструктор по физической культуре проводит индивидуальную работу согласно циклограмме его деятельности.

Взаимодействие воспитателей и специалистов в организации коррекционной работы.

Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленные программой обеспечивается благодаря комплексному подходу и интеграции усилий специалистов.

В группах комбинированной направленности для детей с ТНР, ЗПР при построении системы коррекционной работы совместная деятельность специалистов спланирована так, что педагоги строят свою работу с ребёнком на основе общих педагогических принципов не обособленно, а дополняя и углубляя влияние каждого. Содержание ОД, организация и методические приёмы определяются целями коррекционного обучения с учётом конкретных представлений и речевого опыта, и предполагает комплекс мер, воздействующих на личность в целом, нормализацию и совершенствование ведущего вида деятельности, коррекцию индивидуальных недостатков развития.

Узкие специалисты проводят как групповые, так и индивидуальные занятия. В исправлении общего недоразвития речи у детей среднего дошкольного возраста большую роль играет взаимосвязь всех направлений работы логопеда и воспитателей группы комбинированной направленности. При этом основополагающим принципом является соблюдение интересов детей. Каждому ребенку предоставлено право развиваться в своем персональном темпе, дети с ограниченными возможностями здоровья получают дополнительную помощь на индивидуальных занятиях со специалистами в соответствии с их проблемами. В коррекционной работе любая программа адаптирована к реальному темпу и особенностям восприятия каждого из детей с ОВЗ. Для этого она разбита на отдельные блоки, выстроенные по нарастанию уровня сложности, таким образом, чтобы материал следующего блока опирался на знания и навыки, полученные при прохождении предыдущего блока. Время прохождения каждого блока отдельным воспитанником не ограничено. Переход к следующему блоку происходит после реального усвоения ребенком материала предыдущего.

Таким образом, накопленный опыт позволяет сделать вывод о том, что комплексный подход к обучению детей с ОВЗ, инвалидностью с участием специалистов, родителей, и с использованием интегративной среды позволяет им более полно раскрыть свой потенциал, приобрести необходимые знания и социальные навыки, успешно включиться в среду обычных сверстников, получить равные стартовые возможности и подготовиться к самостоятельной жизни в будущем. Поэтому важным условием коррекции и развития детей с ОВЗ, инвалидностью является тесное взаимодействие специалистов в коррекционно-образовательном пространстве ДОУ, внедрение эффективных педагогических технологий, обеспечивающих широкий выбор оптимальных методов.

2.7. Рабочая Программа воспитания

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

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

Общие задачи воспитания в ДОУ:

- содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- способствовать становлению нравственности, основанной на духовных

отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;

- создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;

- осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Рабочая Программа воспитания представлена в содержании ОП ДО ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» <https://ds-solnyshko-langepas-r86.gosweb.gosuslugi.ru/>

Ниже представлен календарный план воспитательной работы, основанный на Федеральном календарном плане воспитательной работы.

Календарный план воспитательной работы

План является единым для ДОО. Детский сад вправе наряду с Планом проводить иные мероприятия согласно Программе воспитания, по ключевым направлениям воспитания и дополнительного образования детей. Все мероприятия должны проводиться с учётом особенностей Программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей обучающихся.

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

Таблица №9

№ п/п	Дата	Мероприятие
Сентябрь		
1	1 сентября	День знаний
2	3 сентября	День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом
3	8 сентября	Международный день распространения грамотности
4	27 сентября	День воспитателя и всех дошкольных работников
Октябрь		
5	1 октября	Международный день пожилых людей; Международный день музыки
6	3 октября	День защиты животных
7	4 октября	День учителя
8	Третье воскресенье октября	День отца в России
9	4 ноября	День народного единства
10	8 ноября	День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России
11	Последнее воскресенье ноября	День матери в России
12	30 ноября	День Государственного герба Российской Федерации
Декабрь		
13	3 декабря	День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
14	5 декабря	День добровольца (волонтера) в России
15	8 декабря	Международный день художника

16	9 декабря	День Героев Отечества
17	12 декабря	День Конституции Российской Федерации
18	31 декабря	Новый год
Январь		
19	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).
Февраль		
20	2 февраля	День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (включить в план воспитательной работы с дошкольниками ситуативно)
21	8 февраля	День российской науки
22	15 февраля	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества
23	21 февраля	Международный день родного языка
24	23 февраля	День защитника Отечества
Март		
25	8 марта	Международный женский день
26	18 марта	День воссоединения Крыма с Россией (включить в план воспитательной работы с дошкольниками ситуативно)
27	27 марта	Всемирный день театра
Апрель		
28	12 апреля	День космонавтики
Май		
29	1 мая	Праздник Весны и Труда
30	9 мая	День Победы
31	19 мая	День детских общественных организаций России
32	24 мая	День славянской письменности и культуры
Июнь		
33	1 июня	День защиты детей
34	6 июня	День русского языка
35	12 июня	День России
36	22 июня	День памяти и скорби
Июль		
37	8 июля	День семьи, любви и верности
Август		
38	12 августа	День физкультурника
39	22 августа	День Государственного флага Российской Федерации
40	27 августа	День российского кино

2.8. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, 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 ДОО.

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 ДОО: 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 №10

Тема	Региональный компонент
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
Книжка 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.

Описание парциальных образовательных программ для части, формируемой участниками образовательных отношений

Таким образом, часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, представлена следующими **парциальными программами:**

- «**Основы безопасности детей дошкольного возраста**» под редакцией Р.Б. Стеркиной, О.Л. Князевой, Н.Н. Авдеевой.
- «**Юный эколог**» под редакцией С.Н. Николаевой.
- «**Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности**». Составители: Банк России.
- «**Наследие Югры: на пути к истокам**» под редакцией Л.Л. Лашкова, П.П. Ушакова, С.А. Якоб.

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.

Традиции, сложившиеся в ДОУ

В дошкольном учреждении есть уже прочно сложившиеся традиции. Эти традиции с большим удовольствием принимаются детьми и родителями, совершенствуются и приумножаются.

Каждая традиция направлена на достижение определенной воспитательной цели и проверена временем:

- день знаний;
- день рождения детского садика;
- осенняя Ярмарка «Дары Осени»;
- семейный клуб «Скоро в школу»;
- дни рождения воспитанников;
- общегосударственные праздники (Новый год, День защитника Отечества, Международный женский день, День Победы, «Проводы в школу», «Осень», «Весна», «Лето», праздники народного календаря и др.);
- дни открытых дверей для родителей воспитанников;
- возложение цветов к памятнику Воину-освободителю;
- встреча с ветеранами и тружениками тыла;
- праздники с участием семей воспитанников (Международный День семьи – 15 мая, Всемирный День толерантности – 16 ноября, День Здоровья, «Папа, мама, я – спортивная семья и др.).

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия.

РАЗДЕЛ III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

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 сообщества;

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

Проектирование и организация развивающей предметно – пространственной среды осуществлена в соответствии с требованиями к условиям реализации основной

общеобразовательной программы дошкольного образования (ФГОС ДО (приказ Минобрнауки от 17.10.2013 г.).

Развивающая предметно-пространственная среда в детском саду обеспечивает:

- развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности с учетом образовательных областей: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие;
- реализацию образовательной программы;
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- учет возрастных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в детском саду содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональность материалов позволяет:

- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;
- наличие полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет:

- наличие различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
- свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Развивающая среда в групповых помещениях ДООУ мобильная и динамичная. В её организации педагогами были учтены зоны ближайшего развития в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка, его потребностями, стремлениями и способностями. Так, спортивное оборудование, инвентарь приобщают к физической, оздоровительной деятельности, в процессе которой у ребенка вырабатывается позиция по отношению к своему здоровью, гигиене тела, двигательным умениям и навыкам; различные инструменты (уже со второй младшей группы) - мелки, краски, кисти, карандаши, фломастеры, глина, ватман, ткань - позволяют в продуктивной деятельности отражать собственное художественное восприятие, видение мира, его понимание.

Групповые помещения педагогами поделены на Центры Развития.

- Центр Игры (социально-коммуникативное направление).
- Центр Познания (познавательное развитие).
- Центр Развития речи (речевое развитие).
- Центр Художественного творчества (художественно – эстетическое развитие).
- Центр Здоровья (физическое развитие).

В Центрах Развития расположены различные уголки, которые меняются или трансформируются в зависимости от изучаемой лексической темы.

Групповое пространство спланировано педагогами так, чтобы дети могли делать самостоятельный выбор (где, с кем и чем ребенок будет заниматься) и принимать решения. Среда не ограничивает детскую инициативу, а наоборот, предоставляет возможности для проявления и для развития и реализации разнообразных идей. Приобретая опыт, достигая своей цели, ребенок постепенно обретает уверенность в себе, убеждаясь в собственных возможностях, делая личностные, а поэтому радостные для него открытия. Разумно организованная развивающая среда способствует подготовке ребенка к жизни в стремительно меняющемся мире, формирует устойчивое стремление познавать, открывать мир и в конечном итоге - учит учиться.

Одним из ключевых условий создания предметно пространственной развивающей среды явилось создание у воспитанников чувства безопасности, во время пребывания в дошкольной организации, безопасности как физической, так и психологической, которое способствует повышению качества жизни воспитанников, обеспечивает целостность социального и личностного развития. Психологическая безопасность образовательного процесса рассматривается, как составляющая успешной организации образовательной деятельности.

Социальные отношения, как компонент образовательной среды, строятся на следующих способах взаимодействия: сотрудничество, признание прав ребенка и его свобод, обсуждение и сопереживание.

Во взаимодействии с взрослыми психологический комфорт и эмоциональное благополучие достигаются в условиях образовательной среды, для которой характерны:

- отсутствие необоснованных запретов;
- продуманная последовательная система требований и правил взаимодействия;
- отсутствие психологического давления со стороны взрослого;
- возможность выбора деятельности

Структурным компонентом образовательной среды является предметное окружение. В предмете запечатлён опыт, знания, вкусы, способности и потребности многих поколений. Через предмет человек познает самого себя, свою индивидуальность. Ребенок находит свою вторую жизнь в предметах культуры, в образе взаимоотношений людей друг с другом.

От того, в каких взаимоотношениях со средой находится ребенок, с учетом изменений, происходящих в нем самом и в среде, зависит динамика его развития, формирование качественно новых психических образований.

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

Таблица №11

Вид помещения	Оснащение
Центр двигательной активности (групповое помещение)	<ul style="list-style-type: none"> – мячи; – обручи; – кегли; – ленты, шнур, кубики; – мешочки с песком; – гимнастические палки; – скакалки; – малые мячи; – шапочки для подвижных игр.
Спальные помещения	Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики.
Физкультурный зал	<ul style="list-style-type: none"> – скамейка гимнастическая; – канат для перетягивания; – маты гимнастические; – мячи (набивные весом 1 кг; – мячи резиновые; – мячи фитболы; – палки гимнастические; – обручи гимнастические; – скакалки; – мяч футбольный; – мячи баскетбольные; – конусы; – дуги для подлезания; – мешочки для метания; – кегли; – кубики; – тележки; – кольцобросы; – цветные ленточки; – самокаты; – ракетки; – клюшки хоккейные; – коврики для аэробики; – шведская стенка; – сенсорная тропа для ног;

	<ul style="list-style-type: none"> – доска для ходьбы ребристая; – интерактивный пол; – набор «Правила дорожного движения»; – лыжи; – мячи-ёжики; – перекладина для подтягивания; – тоннель; – островки эстафетные; – ходунки «Лапки»; – мешок для прыжков; – игра "Ловкие пальчики"; – координационная лестница; – игровые модули.
Спортивная площадка (на территории ДОО)	<p>Спортивная площадка выделена и оснащена:</p> <ul style="list-style-type: none"> - баскетбольное кольцо; - детский игровой комплекс; - выносной материал для организации двигательной деятельности на улице в разное время года: скакалки, мячи, обручи, кегли, ракетки для бадминтона, тенниса, самокаты и т.д.
Кабинет инструктора по физкультуре	<p>Библиотека методической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников. Материалы по опыту работы педагогов. Картотеки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренней гимнастики; - дыхательной гимнастики; - физкультминуток; - коррекционно-оздоровительной гимнастики; - подвижных игр и игр малой подвижности. <p>Пособия для занятий. Демонстрационный, раздаточный материал для занятий с детьми. Игровой материал. Письменный стол, стул.</p>

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

Образовательное пространство в группах оснащено средствами обучения, соответствующими материалами, в том числе расходными, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем в соответствии с образовательной программой учреждения и обеспечивают:

- Игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- Двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в спортивных играх и соревнованиях;

- Эмоциональное благополучие детей во взаимодействии предметно-пространственным окружением;
- Возможность самовыражения детей.

Все помещения детского сада соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и работников.

Таблица №12

Спортивный зал	Физкультурные занятия Спортивные досуги Развлечения, праздники Консультативная работа с родителями и воспитателями	-Спортивное оборудование (лестницы, скамейки, дуги и пр.). -Комплект мягких модулей. -Мячи массажные. - Мячи – прыгуны. - Ленты гимнастические. - Мишень. - Мешок для прыжков. - Тоннель с креплениями. - Шведская стенка. - Массажные дорожки. - Маты. - Спортивный инвентарь (скакалки, обручи, мешочки для метания, мячи, кегли, кубики, канат, коррекционные мячи). - Спортивные комплексы (доски с различными поверхностями). - Интерактивный пол - Магнитофон
-----------------------	---	---

**Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания
Образовательная область «Физическое развитие»**

Таблица №13

№ п/п	Перечень программ, методических пособий и технологий
1	Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Вераксы Н. Е., Васильевой М. А., Комаровой Т. С. — М. «Мозаика – Синтез», 2017г./
2	Физическая культура в детском саду. Младшая группа/Л.И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2016г./
3	Физическая культура в детском саду. Средняя группа/Л.И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2016г./
4	Физическая культура в детском саду. Старшая группа/Л.И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2016г./
5	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа/ Л.И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2016г./
6	Физическая культура - дошкольникам. Средний возраст. /Л.Д. Глазырина. - М., Владос, 2001г./
7	Физическая культура - дошкольникам. Старший возраст. /Л.Д.Глазырина. – М., Владос, 2001г./
8	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений с детьми 3-7 лет. /Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2017г./
9	Оздоровительная работа в ДОУ. /Агаджанова С.Н. – СПб: «Детство – Пресс», 2006г./

10	Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе. Младшая группа. /Кириллова Ю.А. - СПб. «Детство – Пресс», 2006г./
11	Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе. Средняя группа. /Кириллова Ю.А. - СПб: «Детство – Пресс», 2006г./
12	Сборник подвижных игр (2-7 лет). /Степаненкова Э.Я. – М.: Мозаика-Синтез, 2017г./

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

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений:

3 – 4:

Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку «Марш и бег» А. Александрова; «Скачут лошадки», муз. Т. Попатенко; «Шагаем как физкультурники», муз. Ломовой; «Топотушки», муз. М. Раухвергера; «Птички летают», муз. Л. Банниковой. Перекатывание мяча под музыку Д. Шостаковича (вальс-шутка) Бег под музыку Р. Шумана (игра в жмурки).

4 – 5:

Игровые упражнения «Пружинки» рус.нар. мелодия Ходьба под марш, муз. И. Беркович Подпрыгивания и бег «Веселые мячики», муз М. Сатулиной Лиса и зайцы «В садике», муз. А. Майкапара Ходит медведь «Этюд», муз. К. Черни «Полька», муз. М. Глинки «Всадники», муз. В.Витлина Потопаем покругимся рус.нар. мелодии «Петух», муз. Т.Ломовой «Кукла», муз. М. Старокадомского Упражнения с цветами «Вальс» муз. А. Жилина Музыкальные игры «Курочка и петушок» муз. Г. Фрида. «Жмурки», муз. Ф.Флотова «Медведь и заяц», муз. В.Ребикова «Самолеты», муз. М. Магиденко «Найди себе пару», муз. Т. Ломовой «Займи домик», муз. М. Магиденко.

5 – 6:

Упражнения «Шаг и бег», муз. Н.Надененко «Плавные руки», муз Р. Лиэра («Вальс», фрагмент) «Кто лучше скачет», муз. Т. Ломовой «Росинки», муз. С. Майкапара Упражнения с предметами «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой; «Вальс», муз. Ф. Бургмюллера. Музыкальные игры «Не выпустим», муз. Т. Ломовой «будь ловким», муз. Н. Ладухина «Ищи игрушку», «Найди себе пару», латв.нар. Мелодия обраб. Т. Потапенко.

6 – 7 (8):

Упражнения «Марш», муз. М. Роберта «Бег», «Цветные флажки», муз. Е. Тиличевой «Кто лучше скачет», «Шагают девочки и мальчики», муз. В. Золотарева Поднимай и скрещивай флажки «Этюд», муз. К. Гуритта полоскать платочки «Ой, утушка луговая», рус.нар. Мелодия, обраб. Т. Ломовой «Упражнение с кубиками», муз. С. Соснина Музыкальные игры «Кот и мыши», муз. Т. Ломовой «Кто скорей», муз. М. Шварца Игра с погремушками», муз. Ф. Шуберта «Экоссез» «Поездка», «Пастух и козлята», рус. Нар. Песня, обраб. в. Трутовского.

3.5. Кадровые условия реализации Программы

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

Наименование должностей инструктора по физической культуре, 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 физической культуре 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 физической культуре 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

Таблица №14

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> • Составление совместного с воспитателями плана спортивных праздников, развлечений и др. мероприятий. • Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии и в проведении спортивных праздников». • Консультация «Содержание и оформление «Центров двигательной активности в группах». • Обсуждение сценариев осенних спортивных праздников, распределение ролей, назначение ответственных за проведение. • Совместная разработка картотеки «Подвижные игры на улице». • Консультация «Диагностика физического развития - требования и условия проведения». Помощь воспитателей и специалистов при проведении диагностики.
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> • Консультация «Развитие физических качеств у старших дошкольников в процессе проведения утренней гимнастики». • Изготовление буклета для педагогов «Новинки педагогической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников». • Изготовление памятки для воспитателей «Деятельность воспитателя по

	<p>подготовке детей к спортивным праздникам и развлечениям».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий. • Подбор с музыкальным руководителем музыки для комплексов гимнастик с учетом особенностей и возможностей дошкольников. • Совместное с воспитателями и музыкальным руководителем пополнение аудиозаписей на основе интересов и предпочтений детей.
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> • Презентация-консультация «Эффективные методы оздоровления детей в процессе двигательной деятельности». • Совместная разработка картотеки «Подвижные игры для детей в группе». • Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематического проекта «Здоровый образ жизни» («Неделя Здоровья»). • Совместное изготовление атрибутов и пособий для оздоровления и физической деятельности воспитанников. • Совместное обсуждение новогоднего сценария, назначение ответственных, распределение ролей.
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> • Совместное с музыкальным руководителем пополнение картотеки «Музыкально-оздоровительные сеансы». • Совместная с воспитателями и специалистами разработка индивидуальных маршрутов для часто болеющих детей. • Разработка буклета «Упражнения для развития физических качеств детей». • Консультация «Коррекционные технологии оздоровления и физического развития дошкольников». • Пополнение аудиотеки о здоровом образе жизни людей (диафильмы, слайды, документальные и мультипликационные фильмы). • Совместная с педагогами подготовка (организационные моменты, оформление, репетиции, изготовление атрибутов) и проведение праздника «Новый год».
Январь	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к «Зимней Олимпиаде» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных). • Изготовление с педагогами карточек-схем, мнемотаблиц и других предметно-схематических моделей для выполнения физических заданий и упражнений. • Совместная с учителем-логопедом разработка картотеки по коррекции и развитию мелкой и крупной моторики. • Консультация «Проведение на участках детского сада физкультурно-оздоровительных мероприятий». • Разработка памятки «Интернет-сайты по оздоровлению и физическому развитию детей».
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> • Консультация «Развитие ловкости у старших дошкольников в процессе проведения квестов». • Совместная деятельность с воспитателями по разучиванию и закреплению у детей спортивных движений к праздникам и развлечениям. • Совместная с педагогами подготовка к спортивно-патриотическому празднику «Зарница». • Консультация «Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе двигательной деятельности». • Пополнение картотеки «Народные подвижные игры». • Обогащение РППС атрибутами для самомассажа: массажерами, массажными перчатками и массажными мячиками.
Март	<ul style="list-style-type: none"> • Совместная с педагогами подготовка к «Неделе здоровья» (обсуждение

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

3.6. Режим и распорядок дня в дошкольных группах

Организация образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию детей заключается:

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

- в организации развивающей предметно-пространственной среды как важнейшего условия успешной реализации ФГОС ДО по ОО «Физическое развитие».

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

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

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

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

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

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

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

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

Режимы и распорядок дня в дошкольных группах представлены в ОП ДО ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» <https://ds-solnyshko-langepas-r86.gosweb.gosuslugi.ru/>

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.

РАЗДЕЛ IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

4.1. Краткая презентация

Настоящая рабочая программа на 2024-2025 учебный год по усвоению воспитанниками программных требований по разделу «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста (от 1 – до 7 (8) лет) (далее – Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО), федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847 (далее – ФОП ДО) и федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1022, зарегистрировано в Минюсте России 27 января 2023 г., регистрационный № 72149 (далее – ФАОП ДО).

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 г. Москва «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Минпросвещения РФ от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

- Образовательная программа ЛГ МАДОУ «Детский сад №4 «Солнышко» на 2024-2025 учебный год.

Обязательная часть Программы соответствует ФОП ДО и обеспечивает:

- воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;

- создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным

ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

– создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены программы, направленные на развитие детей в образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках (парциальные образовательные программы), отобранные с учетом приоритетных направлений, климатических особенностей, а также для обеспечения коррекции нарушений развития и ориентированные на потребность детей и их родителей.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы. Материал распределяется по возрастным группам и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

Рабочая программа предполагает проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю в каждой возрастной группе.

Программа разработана:

для групп общеразвивающей направленности:

- Группа №9 «Незабудки» (возраст от 3 до 4 лет)
- Группа №4 «Лучики» (возраст от 4 до 5 лет)
- Группа №11 «Капитошка» (возраст от 4 до 5 лет)
- Группа №6 «Ромашки» (возраст от 5 до 6 лет)
- Группа №5 «Сказка» (возраст от 6-7 (8) лет)
- Группа №10 «Фантазеры» (возраст от 6-7 (8) лет)

для групп комбинированной направленности:

- Группа №7 «Непоседы» (с ТНР возраст от 4 до 5 лет)
- Группа №8 «Радуга» (с ЗПР возраст от 5 до 6 лет)

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 1 до 3 лет

Период развития ребенка от 1 до 3 лет классифицируется, как ранний возраст. И эти два года являются стадией активного физического развития малыша: значительное увеличение показателей веса и роста, совершенствование внутренних органов и их работы, укрепление мышечной системы, проявление бурной двигательной активности. Более подробная информация об особенностях данного возрастного периода в плане физического развития детей, приведена в данной статье.

Развитие двигательной активности

Опорно-двигательный аппарат у ребенка раннего возраста становится все крепче, в этот возрастной период интенсивно протекает процесс окостенения мягких костных тканей и хрящей. Этот процесс будет продолжаться еще много лет, но уже сейчас тело ребенка приобретает устойчивость в вертикальном положении.

К характеристикам физического развития детей до 3-х лет относится и укрепление мышечного аппарата. Дети раннего возраста все больше начинают выполнять сложных движений, которые требуют определенных силовых затрат, например, ходьба по ступенькам, залезание на лестницу и спуск с нее. Возрастной период от 2-х до 3-х лет характеризуется пиком двигательной активности маленького человечка. Ближе к школьному возрасту он снизится, при этом процесс снижения у девочек происходит быстрее, чем у мальчиков. Именно этим и объясняется большая усидчивость девочек на уроках, чем мальчиков. В раннем возрасте дети активны и подвижны вне зависимости от пола. Но и здесь важную роль играют индивидуальные особенности как психического, так и физического развития каждого

отдельного ребенка. Такие показатели, как темперамент, наследственность, в этом вопросе также из виду выпускать нельзя. Например, флегматики отличаются медлительностью, поэтому дети-флегматики могут отличаться более спокойным поведением, они могут начать и ходить, и говорить позже, чем дети с другим типом темперамента. Незначительное отставание в развитии двигательных умений и навыков могут наблюдаться и у детей раннего возраста с повышенной массой тела. Маленьким толстячкам тяжело угнаться за своими сверстниками с нормальными показателями веса.

Но как бы активны не были дети младшего дошкольного возраста, они еще быстро устают, и часто после активной прогулки, ребенку требуется значительное время для отдыха. Поэтому важно чередовать подвижную деятельность с пассивной, чтобы у ребенка было время на восстановление сил.

Мелкая моторика рук у ребенка в период раннего детства продолжает активно развиваться: движения становятся более точными, амплитуда их становится более мелкая. Малыш уже может манипулировать карандашом (но не обязательно держит его правильно), ложкой, может управляться с застежкой молнии. Но такие навыки, как застегивание пуговиц и завязывание шнурков для него еще трудны в освоении.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 3 до 4 лет

В дошкольном детстве формируется основа здоровья, в том числе, физического развития. Для детей младшего дошкольного возраста свойственны недостаточная устойчивость тела, а также у них ограничены двигательные возможности. Исследования показывают, что у детей быстро развивается нервная система, растет костная масса (скелет), мышечная система укрепляется, совершенствуются крупные движения.

У детей младшего дошкольного возраста большее развитие имеет верхняя часть тела, развит плечевой пояс, характерна достаточно высокая активность при заметной несогласованности движений крупных групп мышц. Дети быстро утомляются, если долго сохраняют одну и ту же позу или если выполняют однообразные движения.

Часто дети этого возраста не могут бегать ритмично, часто падают, не могут удерживать равновесие. При игре, например, с мячом, возникают сложности в ловле, соотношении движений и глазомера.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 4 до 5 лет

В этом возрасте движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Все это позволяет приступить к обучению технике выполнения основных движений, обработке их качества.

Полученные на занятиях знания о значении физических упражнений для организма человека помогают воспитать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни. Педагогам необходимо продолжать начатую в младшей группе работу по укреплению здоровья детей. Для этого необходимо ежедневно проводить: прогулки на воздухе в соответствии с режимом дня, комплекс закаливающих процедур; утреннюю гимнастику продолжительностью 6–8 мин.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 5 до 6 лет

Основными особенностями физического развития детей старшего дошкольного возраста принято считать развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы, равновесия и глазомера. С развитием силы, быстроты, ловкости увеличиваются физические

показатели – это длина, высота прыжка, бег, дальность метания. При хорошей выносливости ребёнок может, не уставая, справляться с физическими нагрузками, проходить большие расстояния, долгое время играть в подвижные игры.

Наличие хорошего глазомера позволяет в подвижных играх точно приземляться при прыжках, попадать в цель при метании, соблюдать дистанцию при ходьбе.

Занимаясь физической подготовкой с детьми в дошкольном учреждении, следует использовать разнообразные упражнения для развития силы всех групп мышц в организме, уделяя главное внимание мышцам-разгибателям. При выполнении любых упражнений инструктор должен учитывать индивидуальные возможности ребёнка и физическую нагрузку повышать постепенно.

Сочетание сбалансированного подхода в обучении основным видам движений с развитием физических качеств и двигательных способностей позволяет заложить хороший фундамент общей физической подготовленности и достичь гармоничного физического развития на важном этапе подготовки к обучению в школе.

Характеристики особенностей физического развития детей в возрасте от 6 до 7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий. Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки.

Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков).

Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.

Так же этот возраст называют «Возрастом вытягивания» и «Возрастом неудержимой двигательной активности», поскольку в нем активно формируется костная система, а также, наблюдается бурная двигательная активность, которая проявляется в различных манерах ребенка.

Характеристика особенностей физического развития детей с задержкой психического развития (ЗПР)

Физические способности детей с ЗПР, как правило, значительно отличаются от способностей нормально развивающихся сверстников. В связи с особенностями

психического и физического развития у таких детей отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений; снижена способность к запоминанию и концентрации внимания. Отличительной чертой является замедленность темпов развития мышления, нарушение коры головного мозга, что приводит к трудности овладения двигательными действиями. Формирование двигательной памяти у них затруднено. Отмечается двигательная расторможенность или, наоборот, гиподинамия (они малоподвижны, не любят бегать, прыгать, предпочитают игру другим видам деятельности), недостаточность функции вестибулярного аппарата, характерно нарушение зрительно-слуховой ориентации в пространстве. Движения этих детей не соразмерны, они затрудняются в метании мяча, в выполнении тонких дифференцированных движений пальцами рук. Некоторые дети предпочитают предметы, издающие резкие звуки, шумы, и однообразно ими манипулируют.

У детей со сложными нарушениями развития отмечается заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, выносливости, ловкости, скорости. Особые затруднения возникают при выполнении согласованных движений рук и ног. Освоение новых видов двигательной деятельности многим детям, особенно старшего возраста, дается с трудом.

Слабые физические данные и низкий уровень развития силы, выносливости, гибкости, быстроты и ловкости у детей со сложными нарушениями развития приводят к тому, что они отстают от своих нормально развивающихся сверстников в показателях физической подготовленности и развитии основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Характеристика особенностей физического развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)

Задержка речевого развития приводит к задержке психического развития, к отставанию в двигательной сфере, недоразвитие моторики, неуверенность в выполнении упражнений, затрудняет познавательную деятельность, ухудшает психоэмоциональное состояние.

У детей с речевой патологией при выполнении физических упражнений наблюдается несогласованность движений рук и ног, нарушение ритмической структуры движения, отсутствие плавности и четкости, дети с речевой патологией отстают от здоровых сверстников по таким проявлениям как сила, быстрота, выносливость и ловкость, им свойственна неуверенность, боязнь, низкая мотивация, неумение создать образ упражнений, а затем выполнить его.

Сохранение и укрепление здоровья особенно важны для детей с нарушениями речи. У плохо говорящих детей формируется комплекс неполноценности, появляются поведенческие отклонения, характерно недоразвитие психических процессов (внимания, памяти, мышления).

Двигательная активность в дошкольном возрасте является главным фактором функциональной активизации обменных процессов в организме ребёнка.

Характеристика особенностей физического развития ребенка с инвалидностью (ДЦП)

Ребенок правильного телосложения. Объем пассивных движений в верхних и нижних конечностях достаточный. Активные движения слегка ограничены в правой руке и ногах, преимущественно справа. Мышечный тонус, преимущественно в правых конечностях, слегка повышен. Мышечная сила в верхних конечностях снижена. Тугоподвижность голеностопных суставов с преобладанием справа.

У ребенка с ДЦП имеются нарушения походки, опоры на передние отделы стоп, преимущественно справа. Походка самостоятельная, спастикопаретическая с пронаторной установкой рук и эквинусной установкой правой стопы. Часто спотыкается, падает.

Необходимо сопровождение взрослого. Общая моторика нарушена на фоне основного заболевания. Мелкая моторика рук ослаблена, легко ограничена в правой руке. Ведущая рука не определена, пользуется обеими руками. Согласованность рук недостаточная.

В пространственных отношениях путается. Ориентируется в схеме лица и тела.

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.

Формы взаимодействия с родителями:

- Консультации для родителей
- Родительские собрания
- Индивидуальные беседы
- Спортивные праздники, развлечения в ДОО (включение родителей в праздники и подготовку к ним)
- Открытые физкультурные занятия для родителей
- Создание наглядно-педагогической пропаганды для родителей (стенды, папки или ширмы-передвижки) и т.д.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Учебный план по реализации рабочей программы инструктора по физической культуре на 2024-2025 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 занятия в группах начинаются с 2 сентября. Учебный план включает в себя 35 учебных недель.

Занятия делятся 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 занятий указана длительность видов. Длительность видов занятий соответствует времени, указанному в Уставе ДООУ, СанПиН 2.4.1.2660-10:

№ п/п	Группа	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	Младшая группа общеразвивающей направленности (от 3 до 4 лет) №9 «Незабудки»	3	102
2	Средняя группа общеразвивающей направленности (от 4 до 5 лет) №4 «Лучики»	3	101
3	Средняя группа общеразвивающей направленности (от 4 до 5 лет) №11 «Радуга»	3	103
4	Средняя группа комбинированной направленности для детей ТНР (от 4 до 5 лет) №7 «Непоседы»	3	102
5	Старшая группа общеразвивающей направленности (от 5 до 6 лет) №6 «Ромашки»	3	103
6	Старшая группа комбинированной направленности для детей ЗПР (от 5 до 6 лет) №8 «Капитошка»	3	102
7	Подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности (от 6 до 7 лет) №5 «Сказка»	3	100
8	Подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности (от 6 до 7 лет) №10 «Фантазеры»	3	102

Циклограмма рабочего времени инструктора по физической культуре

Неделя	Деятельность	Время проведения
Понедельник	Утренняя зарядка	08.00 - 08.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	08.30 - 09.00
	Занятие группа №9	09.00 - 09.15
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	09.15 - 09.30
	Занятие группа №4	09.30 - 09.50
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	09.50 - 10.10
	Занятие группа №8	10.10 - 10.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	10.35 - 10.50
	Занятие группа №5(У)	10.50 - 11.20
	Подготовка к занятиям	11.20 – 11.30
	Занятие группа №10 (У)	11.30 – 12.00
	Работа с документацией	12.00 - 13.00
	Работа с педагогами	13.00 - 14.00
Вторник	Утренняя зарядка	08.00 - 08.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	08.35 – 9.00
	Занятие группа №4	09.00 - 09.20
	Подготовка к занятиям	09.20 – 09.30
	Занятие группа №7	09.30 – 09.50

	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	09.50 - 10.00
	Занятие группа №11	10.00 - 10.20
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	10.20 - 10.40
	Занятие группа №6 (У)	10.40 - 11.05
	Работа с документацией	11.05 - 12.00
	Организационно-методическая работа	12.00 - 13.00
	Работа с педагогами	13.00 - 14.00
Среда	Утренняя зарядка	08.00 - 08.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	08.35 - 09.00
	Занятие группа №9	09.00 - 09.15
	Подготовка к занятиям	09.15 – 09.30
	Занятие группа №11	09.30 – 09.50
	Подготовка к занятиям	09.50 – 10.10
	Занятие группа №6	10.10 - 10.35
	Подготовка к занятиям	10.35 – 10.50
	Занятие группа №8 (У)	10.50 – 11.15
	Подготовка к занятиям	11.15 – 11.30
	Занятие группа №10	11.30 – 12.00
	Организационно-методическая работа	12.00 - 13.00
	Работа с родителями	13.00 - 14.00
Четверг	Утренняя зарядка	08.00 - 08.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	08.35 – 09.00
	Занятие группа №8	09.00 - 09.25
	Подготовка к занятиям	09.25 – 09.40
	Занятие группа №5	09.40 - 10.10
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	10.10 – 10.20
	Занятие группа №10	10.20 - 10.50
	Подготовка к занятиям	10.50 – 11.00
	Занятие группа №9 (У)	11.00 - 11.15
	Подготовка к занятиям	11.15 – 11.20
	Занятие группа №7 (У)	11.20 – 11.40
	Работа с документацией	11.40 - 12.00
	Организационно-методическая работа	12.00 - 13.00
Работа с педагогами	13.00 - 14.00	
Пятница	Утренняя зарядка	08.00 - 08.35
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	08.35 - 09.00
	Занятие группа №7	09.00 - 09.20
	Индивидуальная работа. Подготовка к занятиям	09.20 – 09.35
	Занятие группа №6	09.35 – 10.00
	Индивидуальная работа.	10.10 – 10.20

	Подготовка к занятиям	
	Занятие группа №5	10.20 – 10.50
	Подготовка к занятиям	10.50 – 11.00
	Занятие группа №4 (У)	11.00 – 11.20
	Занятие группа 11 (У)	11.20 – 11.40
	Работа с документацией	11.40 - 12.00
	Организационно-методическая работа	12.00 - 13.00
	Работа с родителями	13.00 -14.00

Режим двигательной активности

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 физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

