Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
г. Астрахани "Гимназия № 1" обособленное подразделение "Дошкольное"

Принято:
на заседании педагогического совета
МБОУ г. Астрахани "Гимназии №1"
Протокол № 1
« 23 »августа 2022 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ г. Астрахани "Гимназия № 1"
_____ Н.А. Муштакова
_____2022 г.

Рабочая программа

на 2022-2023 учебный год

Образовательная область "Физическое развитие"
для детей дошкольного возраста (2-7 лет)

Составитель:

Инструктор по физической культуре:
Рехтина Марина Геннадиевна

Структура программы

I. Целевой раздел рабочей программы по образовательной области «Физическое развитие».

1. Пояснительная записка.
   1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы **по образовательной** области физическое развитие.
   1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы по физическому развитию.
   1.3. Используемые Примерные программы.
   1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.
2. Планируемые результаты освоения программы.
3. Информационная справка.
4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения Программы

II. Содержательный раздел программы.

1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка
2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей Программы:
   2.1. Современные методы образования дошкольников, рекомендации по их применению в образовательном процессе
   2.2.Цели, задачи, способы, формы и методы физического развития дошкольников

III. Организационный раздел.

1. Материально-техническое обеспечение рабочей программы.
2. Обеспечение методическими рекомендациями и средствами обучения и воспитания.
3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.
4. Преемственность между дошкольным и начальным образованием.
5. Внешние связи МДОУ с другими организациями.
6. Приложения к рабочей программе:
   6.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении
   6.2. Праздники, мероприятия
   6.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды
   6.4. Учебный график

6.5.Сетка НОД
6.6.Тематический план работы

IV. Дополнительный раздел (Краткая презентация Рабочей Программы).

1.Возрастные категории детей, на которых ориентирована Рабочая Программа;
2.Используемые Примерные программы;
3.Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей.
4. Планируемые результаты освоения детьми в результате освоения Рабочей программы.
5.Реализация методической темы.
6. Дополнительное образование.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.

1. Пояснительная записка.

1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы.

Цель рабочей программы: формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, приобщению к здоровому образу жизни и гармоничное физическое развитие. Программа включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО). Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ ст.43,72;
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.);
- Закон РФ "Об образовании";
- Типовое положение;
- СанПиН 2.4.1.3049-13;
- Устав МБОУ;
- ФГОС ДО.

Задачи рабочей программы:

1) Охрана и укрепление здоровья детей.
2) Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями.
3) Создание условий для реализации двигательной активности.
4) Воспитание потребностей в здоровом образе жизни.
5) Обеспечение физического и психического благополучия

Рабочая Программа рассчитана на 5 лет обучения:

1 год – первая младшая группа с 2 до 3 лет;
2 год – вторая младшая группа с 3 до 4 лет;
3 год – средняя группа с 4 до 5 лет;
4 год – старшая группа с 5 до 6 лет;

5 год – подготовительная к школе группа с 6 до 7 лет.

1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы.

В основе реализации Рабочей Программы лежит культурно-исторический и системно- деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС, который предполагает:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

Программа формируется с учётом особенностей базового уровня системы общего образования с целью формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности.

Учитываются также возраст детей и необходимость реализации образовательных задач в ***определенных видах деятельности***.

Для детей дошкольного возраста это:

- ***игровая деятельность*** (включая сюжетно-ролевую игру как ведущую деятельность детей дошкольного возраста, а также игру с правилами и другие виды игры);
- ***коммуникативная*** (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);
- ***двигательная*** (овладение основными движениями) активность ребенка.

В Рабочей Программе учитываются следующие принципы:

1) Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка.
2) Принцип научной обоснованности и практической применимости.
3) Принцип интеграции содержания дошкольного образования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.
4) Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса**.**

Рабочая Программа построена на основе следующих принципов:

1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Учреждения и детей;
3) уважение личности ребенка;
4) реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Рабочая Программа направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

В рабочей Программе учитываются:

1) индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования, индивидуальные потребности отдельных категорий детей;
2) возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

Рабочая Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Для успешной реализации рабочей Программы должны обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

● уважение педагогов к человеческому достоинству воспитанников, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

● использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

● построение образовательного процесса на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

● поддержка педагогами положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

● поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

● возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

● защита детей от всех форм физического и психического насилия[1];

● поддержка Учреждением и педагогами родителей дошкольников в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей воспитанников непосредственно в образовательный процесс.

Содержание Рабочей Программы определяется программами:

- **«От рождения до школы»** Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: Мозаика - Синтез, 2010 – 304с.
- Программа **«Старт»** /Л.В.Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
- "Зеленый огонек здоровья" Программа оздоровления дошкольников автор М. Ю. Картушина, "Сфера",2009-208 с..

1.4. Содержание психолого - педагогической работы по освоению образовательной области "Физическое развитие".

Основные цели и задачи:

[1]Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ"Об образовании в Российской Федерации", ст. 34. п. 1.9.

- ***формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.*** *Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.*

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза - смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении

физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

- ***Физическая культура.*** *Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.*

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10–15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20–25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30–40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25–30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3–4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20–30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30–40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50–100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1–1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50–100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10–30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10–15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз - вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Заинька», «Флажок».

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках,

садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между линиями 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

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

Плавание и элементы гидроаэробики. Входить и погружаться в воду, бегать, играть в воде; водить хороводы. Учиться плавать (при наличии соответствующих условий).

Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с

выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (переле-зание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее
упражнений и цикличных движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Плавание. Выполнять движения ногами вверх и вниз, сидя в воде. Приседая, погружаться в воду до уровня подбородка, глаз. Опускать в воду лицо, дуть на воду, погружаться в нее с головой. Пытаться плавать произвольным способом.
Игры на воде. «Цапли», «Дровосек в воде», «Карусели», «Футбол в воде», «Бегом за мячом», «Покажи пятки», Катание на кругах».
Гидроаэробика. Продолжать учить различным движениям в воде под музыку и без нее.

Подвижные игры

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».
С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».
С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».
С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».
На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».
Народные игры. «У медведя во бору» и др.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сто рону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двух колесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Плавание. Двигать ногами вверх-вниз, сидя в воде на мелком месте, и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде. Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду. Плавать произвольным способом.

Игры на воде. «Фонтан», «Коробочка», «Море волнуется», «Качели», «Поезд в тоннеле», «Поймай воду», «Волны на море».

Гидроаэробика. Двигаться в воде, выполняя повороты, прыжки.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к
флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом;
повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять обще-развивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.
Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.
Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.
Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками.
Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.
Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.
Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.
Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.
Плавание. Выполнять вдох, затем выдох в воду (3—10 раз подряд).
Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на груди и спине, двигать ногами (вверх-вниз). Передвигаться по дну водоема на руках. Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках. Разучивать движения руками. Попытаться плавать без поддержки. Проплывать произвольным стилем 10–15 м. Выполнять разнообразные упражнения в воде.
Игры на воде. «На буксире», «Медуза», «Поплавок», «Тюлени», «Лягушки», «Смелые ребята» и др.
Гидроаэробика. Выполнять различные комплексы гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.
Спортивные игры
Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч

одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.
Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.
Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.
Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.
Подвижные игры
С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».
С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».
С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».
С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».
Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».
Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

1.5. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Возрастная характеристика, контингента детей 2-3 лет.

Физическое развитие. Дети владеют основными жизненно важными ***движениями*** (ходьба, бег, лазание, действия с предметами), сидят на корточках, спрыгивают с нижней ступеньки. Игра носит процессуальный характер, главное в

ней - действия. Дети уже спокойно играют рядом с другими детьми, но моменты общей игры кратковременны. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. Появляются действия с предметами - заместителями. Для детей 3х летнего возраста игра рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый. Социально-личностное развитие. У 2 летних детей наблюдается устойчивое ***эмоциональное состояние***. Для них характерны яркие эмоциональные реакции, связанные с непосредственными желаниями ребенка. Проявления агрессии бывают редко, проявляется эмоциональный механизм сопереживания, сочувствия, радости. Все дети называют себя по имени, употребляют местоимение «я» и дают себе первичную самооценку – «я хороший», «я сам». Для детей 3-х летнего возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этом возрасте начинает складываться и произвольность поведения. У детей к 3 годам появляются чувство гордости и стыда, начинают формироваться элементы сознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом 3-х лет. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: упрямство, негативизм, нарушение общения со взрослыми и др. Познавательно-речевое развитие. В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание ***речи***. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Возрастает количество понимаемых слов. Интенсивно развивается активная речь детей. К 3-м годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает 1000-1500 слов. К концу 3-го года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками, дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

В сфере ***познавательного развития*** восприятие окружающего мира - чувственное - имеет для детей решающее значение. Они воспринимают мир всеми органами чувств, но воспринимают целостные вещи, а не отдельные сенсорные свойства. Возникает взаимодействие в работе разных органов чувств. Зрение и осязание начинают взаимодействовать при восприятии формы, величины и пространственных отношений. Слух и речедвигательные системы начинают взаимодействовать при восприятии и различении речи. Постепенно учитывается острота зрения и возрастает способность к различению цветов. *Внимание* детей непроизвольно. Ребенок просто не понимает, что значит заставить себя быть внимательным, т.е. произвольно направлять и удерживать свое внимание на каком-либо объекте. Устойчивость внимания ребенка зависит от его интереса к объекту. Направить на что-либо внимание ребенка путем словесного указания - очень трудно. Детям сложно немедленно выполнять просьбы. Объем внимания ребенка очень невелик - один предмет. *Память* проявляется главным образом в узнавании воспринимающихся ранее вещей и событий. Преднамеренного запоминания нет, но при этом запоминают то, что им понравилось, что они с интересом слушали или зачем наблюдали. Ребенок запоминает то, что запомнилось само. Основной формой мышления становится наглядно-действенная.

Художественно-эстетическое развитие. В этом возрасте наиболее доступными видами ***изобразительной деятельности*** является рисование и лепка. Ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Но, естественно, сначала у него ничего не получается: рука не слушается. Основные изображения: линии, штрихи, округлые предметы. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

В музыкальной деятельности у ребенка возникает интерес и желание слушать музыку, выполнять простейшие музыкально-ритмичные и танцевальные движения. Ребенок вместе с взрослым способен подпевать элементарные музыкальные фразы.

Возрастная характеристика, контингента детей 3-4 лет.

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

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

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

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

Социально-личностное развитие

К трем годам ребенок достигает определенного уровня социальной компетентности: он проявляет интерес к другому человеку, испытывает доверие к нему, стремится к общению и *взаимодействию* со взрослыми и сверстниками. У ребенка возникают личные симпатии, которые проявляются в желании поделиться игрушкой, оказать помощь, утешить. Ребенок испытывает повышенную потребность в эмоциональном контакте со взрослыми, ярко выражает свои чувства - радость, огорчение, страх, удивление, удовольствие и др. Для налаживания контактов с другими людьми

использует речевые и неречевые (взгляды, мимика, жесты, выразительные позы и движения) способы общения. Осознает свою половую принадлежность («Я мальчик», «Я девочка»). Фундаментальная характеристика ребенка трех лет - *самостоятельность* («Я сам», «Я могу»). Он активно заявляет о своем желании быть, как взрослые (самому есть, одеваться), включаться в настоящие дела (мыть посуду, стирать, делать покупки и т.п.)». Взаимодействие и общение детей четвертого года жизни имеют поверхностный характер, отличаются ситуативностью, неустойчивостью, кратковременностью, чаще всего инициируются взрослым.

Для детей 3х летнего возраста характерна *игра* рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый. К 4м годам дети могут объединяться по 2-3 человека, для разыгрывания простейших сюжетно-ролевых игр. Игровые действия взаимосвязаны, имеют четкий ролевой характер. Роль называется, по ходу игры дети могут менять роль. Игровая цепочка состоит из 3-4 взаимосвязанных действий. Дети самостоятельно удерживают воображаемую ситуацию.

Познавательно-речевое развитие

Общение ребенка в этом возрасте ситуативно, инициируется взрослым, неустойчиво, кратковременно. Осознает свою половую принадлежность. Возникает новая форма общения со взрослым – *общение на познавательные темы*, которое сначала включено в совместную со взрослым познавательную деятельность.

Уникальность *речевого развития* детей в этом возрасте состоит в том, что в этот период ребенок обладает повышенной чувствительностью к языку, его звуковой и смысловой стороне. В младшем дошкольном возрасте осуществляется переход от исключительного господства ситуативной (понятной только в конкретной обстановке) речи к использованию и ситуативной, и контекстной (свободной от наглядной ситуации) речи. Овладение родным языком характеризуется использованием основных грамматических категорий (согласование, употребление их по числу, времени и т.д., хотя отдельные ошибки допускаются) и словаря разговорной речи. Возможны дефекты звукопроизношения.

В развитии *познавательной сферы* расширяются и качественно изменяются способы и средства ориентировки ребенка в окружающей обстановке. Ребенок активно использует по назначению некоторые бытовые предметы, игрушки, предметы-заместители и словесные обозначения объектов в быту, игре, общении. Формируются качественно новые свойства сенсорных процессов: ощущение и восприятие. В практической деятельности ребенок учитывает свойства предметов и их назначение: знает название 3-4 цветов и 2-3 форм; может выбрать из 3-х предметов разных по величине «самый большой». Рассматривая новые предметы (растения, камни и т.п.) ребенок не ограничивается простым зрительным ознакомлением, а переходит к осязательному, слуховому и обонятельному восприятию. Важную роль начинают играть образы памяти. Память и внимание ребенка носит непроизвольный, пассивный характер. По просьбе взрослого ребенок может запомнить не менее 2-3 слов и 5-6 названий предметов. К 4-м годам способен запомнить значительные отрывки из любимых произведений.. Рассматривая

объекты, ребенок выделяет один, наиболее яркий признак предмета, и ориентируясь на него, оценивает предмет в целом. Его интересуют результаты действия, а сам процесс достижения еще не умеет прослеживать.

Конструктивная деятельность в 3-4 года ограничивается возведением несложных построек по образцу (из 2-3 частей) и по замыслу. Ребенок может заниматься, не отрываясь, увлекательным для него деятельностью в течение 5 минут.

Художественно-эстетическое развитие

Ребенок с удовольствием знакомится с элементарными средствами выразительности (цвет, звук, форма, движения, жесты), проявляется интерес к произведениям народного и классического искусства, к литературе (стихи, песенки, потешки), к исполнению и слушанию музыкальных произведений.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В 3-4 года они только начинают формироваться. Графические образы бедны, предметны, схематичны. У одних дошкольников в изображении отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Замысел меняется по ходу изображения. Дети уже могут использовать цвет. Большое значение для развития моторики в этом возрасте имеет *лепка*. Ребенок может вылепить под руководством взрослого простые предметы. В 3-4 года из-за недостаточного развития мелких мышц руки, дети не работают с ножницами, апплицируют из готовых геометрических фигур. Ребенок способен выкладывать и наклеивать элементы декоративного узора и предметного схематичного изображения из 2-4 основных частей.

В *музыкально-ритмической деятельности* ребенок 3-4 лет испытывает желание слушать музыку и производить естественные движения под звучащую музыку. К 4 годам овладевает элементарными певческими навыками несложных музыкальных произведений. Ребенок хорошо перевоплощается в образ зайчика, медведя, лисы, петушка и т.п. в движениях, особенно под плясовую мелодию. Приобретает элементарные навыки подигрывания на детских ударных музыкальных инструментах (барабан, металлофон). Закладываются основы для развития музыкально-ритмических и художественных способностей.

Возрастная характеристика, контингента детей 4-5 лет.

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, в особенности интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в *движении*. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к

регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии *моторики*. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды., нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются *культурно-гигиенические навыки (*хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

Социально-личностное развитие

К 5 годам у детей возрастает интерес и потребность *в общении, особенно со сверстниками*, осознание своего положения среди них. Ребенок приобретает способы взаимодействия с другими людьми. Использует речь и другие средства общения для удовлетворения разнообразных потребностей. Лучше ориентируется в человеческих отношениях: способен заметить эмоциональное состояние близкого взрослого, сверстника, проявить внимание и сочувствие. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Совершенствуется умение пользоваться установленными формами вежливого обращения.

В игровой деятельности появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. В этом возрасте начинают появляться постоянные партнеры по игре. В общую игру может вовлекаться от двух до пяти детей, а продолжительность совместных игр составляет в среднем 15-20 мин.

Ребенок начитает регулировать свое поведение в соответствии с принятыми в обществе нормами; умеет довести начатое дело до конца (соорудить конструкцию, убрать игрушки, правила игры и т. п.) - проявление произвольности.

У детей начинает формироваться способность контролировать свои эмоции в движении, чему способствует освоение ими языка эмоций (гаммы переживаний, настроений). Эмоциональность пятилетнего ребенка отличается многообразием способов выражения своих чувств: радости, грусти, огорчения, удовольствия. Ребенок способен проявить сочувствие, сопереживание, которое лежит в основе нравственных поступков.

К 5-ти годам в элементарном выполнении отдельных поручений (дежурство по столовой, уход за растениями и животными) проявляется самостоятельность.

Познавательно-речевое развитие

Изменяется содержание *общения* ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает интерес.

В *речевом развитии* детей 4-5 лет улучшается произношение звуков (кроме сонорных) и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дети занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

В познавательном развитии 4-5 летних детей характерна высокая мыслительная активность. 5-ти летние «почемучки» интересуются причинно-следственными связями в разных сферах жизни (изменения в живой и неживой природе, происхождение человека), профессиональной деятельностью взрослых и др., то есть начинает формироваться представление о различных сторонах окружающего мира. К 5-ти годам более развитым становится восприятие. Дети оказываются способными назвать форму на которую похож тот или иной предмет. Они могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д. Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простыне схематизированные изображения для решения несложных задач. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут.

Усложняется *конструирование*. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Художественно-эстетическое развитие

На пятом году жизни ребенок осознаннее воспринимает произведения художественно-изобразительно-музыкального творчества, легко устанавливает простые причинные связи в сюжете, композиции и т.п., эмоционально откликается на отраженные в произведении искусства действия, поступки, события, соотносит увиденное со своими представлениями о красивом, радостном, печальном, злом и т.д. У ребенка появляется желание делиться своими впечатлениями от встреч с искусством, со взрослыми и сверстниками. Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Значительное развитие получает *изобразительная деятельность*. *Рисунки* становятся предметным и детализированным. В этом возрасте дети рисуют предметы прямоугольной, овальной формы, простые изображения животных. Дети могут своевременно насыщать ворс кисти краской, промывать по окончании работы. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Дети могут *вырезать* ножницами по прямой, диагонали, к 5 годам овладевают приемами вырезывания предметов круглой и овальной формы. *Лепят* предметы круглой, овальной, цилиндрической формы, простейших животных, рыб, птиц.

К 5-ти годам ребенок выполняет элементарные танцевальные движения (пружинка, подскоки, кружение и т.д.). Может петь протяжно, при этом вместе начинать и заканчивать пение. Развитию исполнительской деятельности способствует доминирование в данном возрасте продуктивной мотивации (спеть песню, станцевать танец, сыграть на инструменте). Дети делают первые попытки творчества.

Возрастная характеристика, контингента детей 5-6 лет.

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

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

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

Познавательно-речевое развитие

Общение детей выражается в свободном диалоге со сверстниками и взрослыми, выражении своих чувств и намерений с помощью речевых и неречевых (жестовых, мимических, пантомимических) средств.

Продолжает совершенствоваться *речь,* в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развивается фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь: дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

В *познавательной деятельности* продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; представления детей систематизируются. Дети называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. К 6-ти годам дети легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до десяти предметов разных по величине. Однако дошкольники испытывают трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. 5-6 лет - это возраст творческого воображения. Дети самостоятельно могут сочинить оригинальные правдоподобные истории. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменять детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (2,4,6 сгибов); из природного материала.

Социально-личностное развитие

Дети проявляют высокую познавательную активность. Ребенок нуждается в содержательных контактах со сверстниками. Их речевые контакты становятся все более длительными и активными. Дети самостоятельно объединяются в небольшие группы на основе взаимных симпатий. В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о совей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств).

Ярко проявляет интерес к игре.

В игровой деятельности дети шестого года жизни уже могут распределять роди до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого

поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре дети часто пытаются контролировать друг друга - указывают, как должен вести себя тот или иной персонаж.

Ребенок пытается сравнивать ярко выраженные эмоциональные состояния, видеть проявления эмоционального состояния в выражениях, жестах, интонации голоса. Проявляет интерес к поступкам сверстников.

В трудовой деятельности освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно. Активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности.

Художественно-эстетическое развитие

В *изобразительной деятельности* 5-6 летний ребенок свободно может изображать предметы круглой, овальной, прямоугольной формы, состоящих из частей разной формы и соединений разных линий. Расширяются представления о цвете (знают основные цвета и оттенки, самостоятельно может приготовить розовый и голубой цвет). Старший возраст – это возраст активного *рисования*. Рисунки могут быть самыми разнообразными по содержанию: это жизненные впечатления детей, иллюстрации к фильмам и книгам, воображаемые ситуации. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека. Рисунки отдельных детей отличаются оригинальностью, креативностью. В *лепке* детям не представляется трудности создать более сложное по форме изображение. Дети успешно справляются с вырезыванием предметов прямоугольной и круглой формы разных пропорций.

Старших дошкольников отличает яркая эмоциональная реакция на *музыку*. Появляется интонационно-мелодическая ориентация музыкального восприятия. Дошкольники могут петь без напряжения, плавно, отчетливо произнося слова; свободно выполняют танцевальные движения: полуприседания с выставлением ноги на пятку, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке и т.д. Могут импровизировать, сочинять мелодию на заданную тему. Формируются первоначальные представления о жанрах и видах музыки.

Возрастная характеристика, контингента детей 6-7 лет.

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

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

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

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

Социально-личностное развитие

К семи годам у ребенка ярко проявляется уверенность в себе и чувство собственного достоинства, умение отстаивать свою позицию в совместной деятельности. Семилетний ребенок способен к волевой регуляции поведения, преодолению непосредственных желаний, если они противоречат установленным нормам, данному слову, обещанию. Способен проявлять волевые усилия в ситуациях выбора между «можно» и «нельзя», «хочу» и «должен». Проявляет настойчивость, терпение, умение преодолевать трудности. Может сдерживать себя, высказывать просьбы, предложения, несогласие в социально приемлемой форме. Произвольность поведения — один из важнейших показателей психологической готовности к школе.

Самостоятельность ребенка проявляется в способности без помощи взрослого решать различные задачи, которые возникают в повседневной жизни (самообслуживание, уход за растениями и животными, создание среды для самодеятельной игры, пользование простыми безопасными приборами — включение освещения, телевизора, проигрывателя и т.п.).

В сюжетно-ролевых *играх* дети 7-го года жизни начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающих характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, болезнь и т.п. Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем (например, ребенок обращается к продавцу не просто как покупатель/, а как покупатель-мама). Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее.

Семилетний ребенок умеет заметить изменения настроения взрослого и сверстника, учесть желания других людей; способен к установлению устойчивых контактов со сверстниками. Ребенок семи лет отличается большим богатством и глубиной переживаний, разнообразием их проявлений и в то же время большей сдержанностью эмоций. Ему свойственно «*эмоциональное* предвосхищение» — предчувствие собственных переживаний и переживаний других

людей, связанных с результатами тех или иных действий и поступков («Если я подарю маме свой рисунок, она очень обрадуется»).

Познавательно-речевое развитие

Происходит активное развитие диалогической речи. Диалог детей приобретает характер скоординированных предметных и речевых действий. В недрах диалогического *общения* старших дошкольников зарождается и формируется новая форма речи - монолог. Дошкольник внимательно слушает рассказы родителей, что у них произошло на работе, живо интересуется тем, как они познакомились, при встрече с незнакомыми людьми спрашивают, кто это, есть ли у них дети и т.п.

У детей продолжает развиваться *речь:* ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

Познавательные процессы претерпевают качественные изменения; развивается произвольность действий. Наряду с наглядно-образным мышлением появляются элементы словесно-логического мышления. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов. Внимание становится произвольным, в некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У детей появляется особы интерес к печатному слову, математическим отношениям. Они с удовольствием узнают буквы, овладевают звуковым анализом слова, счетом и пересчетом отдельных предметов.

К 7 годам дети в значительной степени освоили *конструирование* из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными. Дети точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные. Усложняется конструирование из природного материала.

Художественно-эстетическое развитие

В *изобразительной деятельности* детей 6-7 лет *рисунки* приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия; девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, и т.д. Часто встречаются бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.п. При правильном подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. Предметы, которые дети лепят и вырезывают, имеют различную форму, цвет, строение, по-разному расположены в пространстве. Вместе с тем могут к 7-ми годам передать конкретные свойства предмета с натуры. Семилетнего ребенка характеризует активная деятельностная позиция, готовность к спонтанным решениям, любопытство, постоянные вопросы к взрослому, способность к речевому комментированию процесса и результата собственной деятельности, стойкая мотивация достижений, развитое воображение. Процесс создания продукта носит творческий поисковый характер: ребенок ищет разные способы решения одной и той же задачи. Ребенок семи лет достаточно адекватно оценивает результаты своей деятельности по сравнению с другими детьми, что приводит к становлению представлений о себе и своих возможностях.

Значительно обогащается индивидуальная интерпретация *музыки.* Ребенок определяет к какому жанру принадлежит прослушанное произведение. Чисто и выразительно поет, правильно передавая мелодию (ускоряя, замедляя). Дошкольник может самостоятельно придумать и показать танцевальное или ритмическое движение.

2. Планируемые результаты освоения рабочей программы.

Результатами освоения рабочей программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обусловливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение рабочей программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры на этапе завершения рабочей программы:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Итоговые результаты освоения рабочей программы.

Планируемые результаты освоения детьми в результате освоения Рабочей Программы:

К семи годам при успешном освоении рабочей Программы достигается следующий уровень физического развития:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Образовательная область «Физическое развитие»

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 -5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 -12м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.
- Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуется только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).
- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

3. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения Рабочей Программы

При реализации Рабочей Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей

дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

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

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в сентябре и мае). В проведении мониторинга участвуют педагоги, инструктор по физической культуре и старшая медицинская сестра.

Задача мониторинга определить:

- степень освоения ребенком Рабочей Программы
- влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

Мониторинг образовательного процесса осуществляется через отслеживание результатов освоения Рабочей программы.

Он основывается на анализе достижения детьми промежуточных результатов.

С помощью средств мониторинга образовательного процесса можно оценить степень продвижения дошкольника в образовательной программе. Форма проведения мониторинга преимущественно представляет собой наблюдение за активностью ребенка в различные периоды пребывания в дошкольном учреждении, анализ продуктов детской деятельности и специальные педагогические диагностики, которые позволяют определить уровень овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям. Данные о результатах мониторинга заносятся в специальную таблицу «Мониторинга образовательного процесса». Используется оценка уровня развития:

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

3 балла – ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого;

4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания;

5 баллов – ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Мониторинг детского развития проводится на основе оценки развития интегративных качеств ребенка, позволяет выявить индивидуальные особенности развития каждого ребенка и наметить при необходимости индивидуальную работу для максимального раскрытия детского потенциала детской личности. Мониторинг детского развития осуществляется с использованием метода наблюдения, тестовых методик.

В ходе мониторинга детского развития педагоги при участии инструктора по физической культуре, медицинского работника заполняют таблицу «Мониторинг детского развития», в которой фиксируется уровень развития

интегративных качеств, определенных в промежуточных и итоговых результатах освоения Программы:
1 балл – ребенок не имеет представлений по указанному критерию интегративного качества;
2 балла – ребенок имеет отрывочные, бессистемные представления по указанному критерию интегративного качества;
3 балла – ребенок имеет частично усвоенные, неточные, неполные представления по указанному критерию интегративного качества;
4 балла – ребенок имеет усвоенные с незначительными неточностями представления по указанному критерию интегративного качества;
5 баллов – ребенок имеет полностью усвоенные представления оценки интегративного качества.

Первая младшая группа

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
(УРОВНИ ОВЛАДЕВАНИЯ НЕОБХОДИМЫМИ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ *«Физическое развитие»*

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Владеет соответствующими возрасту основными движениями		Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями		Самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, владеет доступными возрасту навыками самообслуживания Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.		Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; умеет ударять мячом об пол, бросает вверх 2-3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой руками	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1.									
Итоговой показатель по группе (среднее значение)									

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей		Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д.		Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.		Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	Май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1.											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Вторая младшая группа.

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
(УРОВНИ ОВЛАДЕНИЯ НЕОБХОДИМЫМИ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ *«Физическое развитие»*

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Ловит мяч с расстояния, Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает об пол.		Строится в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг		Ходит на лыжах, поднимается на горку, переступает. Скользит по ледяным дорожкам		Ориентируется в пространстве, находит правую и левую руки.		Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5м.	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											

Итоговый показатель по группе (среднее значение)											
№ П/П	Фамилия, ребенка	Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности		Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях		Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).		Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.			
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май		
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Владеет основными движениями		Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях		Владеет допустимыми навыками самообслуживания, знаком с понятиями «здоровье», «болезнь»		Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений, правильном питании, закаливании, гигиене		Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.	
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление		Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.		Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости. При перешагивании через предметы.		Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Средняя группа.

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
(УРОВНИ ОВЛАДЕНИЯ НЕОБХОДИМЫМИ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями		Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры		Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».		Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены.		Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд		Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.		Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м). Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.		Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Старшая группа

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
(УРОВНИ ОВЛАДЕНИЯ НЕОБХОДИМЫМИ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ *«Физическое развитие»*

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.	Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне	Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском,	Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами	Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.	Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

						бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.							
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сен	май	сентябрь	май
Итоговой показатель по группе (среднее значение)													

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.		Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне		Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.		Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей	
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май
1.									
2.									
3.									
Итоговой показатель по группе (среднее значение)									

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Владеет основными движениями и доступными навыками самообслуживания		Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях, соревнованиях, играх-эстафетах		Имеет представление о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания		Знает о ценности здоровья, пользе утренней зарядки, физических упражнений, правильном питании, закаливании, гигиене		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Подготовительная к школе группа

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
(УРОВНИ ОВЛАДЕНИЯ НЕОБХОДИМЫМИ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ)

Образовательная область *«Физическое развитие»*

№ пап	Фамилия, имя ребенка	Усвоил основные культурно-гигиенические навыки	Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки,	Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться,	Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из	Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после	Выполняет физические упражнения из разных исходных	Следит за правильной осанкой.

		метание, лазанье).		прыгать в длину с места на расстояние не менее 100см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.		разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 - 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 -12м, метать предметы в движущуюся цель.		расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения		положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции			
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сен	май	сентябрь	май
Итоговой показатель по группе (среднее значение)													

№ п./п.	Фамилия, имя ребенка	Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.		Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май
Итоговой показатель по группе (среднее значение)							

№ П/П	Фамилия, имя ребенка	Владеет основными движениями и доступными навыками самообслуживания	Сформированы основные физические качества и потребность в	Имеет представление о зависимости здоровья от правильного питания	Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)

				двигательной активности.				процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.			
		сентябрь	май	сентябрь	май	Сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

1. Описание образовательной деятельности.

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 наносящем 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.).

Психолого-педагогические условия.

При реализации Рабочей Программы соблюдаются **следующие психолого-педагогические условия:**

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Особенности организации образовательного процесса.

Особенности организации образовательного процесса **(**климатические, демографические, национально - культурные и другие):

Образовательный процесс осуществляется с учетом:
- национально-культурных традиций;
- регионально-климатических особенностей;
- демографических особенностей;
- материально-технической оснащенности ДОУ;
- предметно-развивающей среды.

2. Описание вариативных форм, способов, методов, средств реализации Рабочей Программы в образовательная область «Физическое развитие»

2.1.Современные методы образования дошкольников, рекомендации по их применению в образовательном процессе

Моделирование - процесс создания модели (образца) объекта познания (или явления) или использование имеющейся модели. В ней в отличие от самого объекта более выпукло представлены свойства и связи. использование модели позволяет в удобное время и необходимое число раз производить различные действия, чтобы понять и освоить образовательное содержание. В основе моделирования лежит процесс замещения реальных объектов познания условными – предметами или изображениями.

Приоритетным направлением современной государственной политики является создание и поддержание устойчивого позитивного имиджа России, как государства с богатыми ресурсами и широкими возможностями. Одним из способствующих решению этой задачи мероприятий является создание электронных образовательных ресурсов (ЭОР) нового поколения.

В соответствии с ГОСТ Р 52653 – 2006 э**лектронный образовательный ресурс (ЭОР)** – образовательный ресурс, представленный в электронно-цифровой форме и включающий в себя структуру, предметное содержание и метаданные о них. ЭОР включает в себя образовательный контент, состоящий из образовательных объектов и элементов, программное обеспечение, необходимое для его использования в учебном процессе, манифест и метаданные образовательного модуля.

Основным достоинством ЭОР являются их инновационные качества: высокая интерактивность, полномасштабная мультимедийность, широкое использование моделирования. ЭОР нового поколения распространяются, в том числе в компьютерных сетях с низкой пропускной способностью, что позволяет обеспечить доступность качественного интерактивного контента всем российским пользователям, в том числе - людям с ограниченными возможностями. Кроме того, архитектура ЭОР нового поколения предоставляет новые возможности построения авторских курсов и создание индивидуальных траекторий пользователей. Использование ЭОР нового поколения создает условия для развития дошкольников, их подготовке к обучению в системе начального общего образования, обеспечивает реализацию примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Электронный образовательный ресурс для детей дошкольного возраста – это совокупность средств программного, информационного, технического и организационного обеспечения, размещаемая на машиночитаемых носителях и/или в сети, предназначенная для использования в психолого-педагогической работе с детьми для получения ими новых знаний и навыков, развития важных умений и индивидуальных способностей, а также формирования ключевых для развития действий и видов деятельности. При этом каждый ЭОР предполагает полноценную реализацию ребенком какого-либо вида деятельности, включающего совокупность действий, приводящих к результату по следующим образовательным областям:

- « Социально-коммуникативное развитие»;

- « Речевое развитие»;
- «Познавательное развитие»;
- «Художественно-эстетическое развитие»;
- «Физическое развитие».

Среди ЭОР для детей дошкольного возраста выделяют:

- интерактивные наглядные ЭОР;
- игровые познавательные ЭОР;
- конструкторские ЭОР;
- коррекционные ЭОР;
- диагностические ЭОР.

В рамках проекта «Развитие электронных образовательных интернет-ресурсов нового поколения, включая культурно-познавательные сервисы, а также систем дистанционного общего и профессионального обучения (e-learning), в том числе для использования людьми с ограниченными возможностями» в 2011-2012 году были разработаны комплексные ЭОР в том числе и для дошкольного общего образования.

900 электронных образовательных ресурсов (ЭОР) в работе с детьми дошкольного возраста (6–7 лет) были созданы в рамках реализации проекта «Формирование комплекса электронных образовательных ресурсов для дошкольного образования».

- Созданный комплекс ЭОР ориентирован на организацию психолого-педагогической работы с детьми дошкольного возраста в рамках освоения образовательных областей: «Физическое развитие».

При реализации основной образовательной программы дошкольного образования применение ЭОР наряду с традиционными методами обучения в дошкольном образовании могут использоваться ЭОР для развития детей дошкольного возраста.

Рекомендации по применению современных методов образования дошкольников (ЭОР).

Основными задачами использования ЭОР при реализации ПООП является – создание базы для овладения детьми компьютерной грамотностью, формирование готовности к осуществлению деятельности, основанной на использовании компьютера как одного из средств познания, решения разного рода задач.

Введение компьютера в среду дошкольного учреждения не может ставить цель, ориентированную только на формирование навыков работы с новыми техническими средствами. Задачей дошкольного воспитания является обеспечение условий развития интеллектуальных, духовно-нравственных, эстетических и личностных качеств, творческих способностей, а также развития предпосылок учебной деятельности.

ЭОР не могут быть механически перенесены в образовательную среду дошкольного учреждения при реализации ПООП дошкольного образования.

2.2. Цели, задачи, принципы и методы реализации рабочей программы.

Цель: формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, приобщению к здоровому образу жизни и гармоничное физическое развитие.

Задачи:

1) Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организм;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

2) Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

3) *Воспитательные:*

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое.

Направления физического развития:

1) *Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:*

- связанной с выполнением упражнений;
- направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;
- способствующей правильному формированию опорно- двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2) *Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.*
3) *Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами* (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Принципы физического развития:

1) *Дидактические:*

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- *д*оступность;
- *в*оспитывающее обучение;
- *у*чет индивидуальных и возрастных особенностей;
- *с*ознательность и активность ребенка;
- *н*аглядность.

2) *Специальные:*

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

3) *Гигиенические:*

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление личностно- ориентированного обучения и воспитания.

Методы физического развития:

1) *Наглядные:*

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

2) *Словесные:*

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

3) *Практические:*

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

1. Материально-техническое обеспечение Рабочей программы.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивает реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Развивающая среды построена на следующих принципах:

1) насыщенность;
2) трансформируемость;
3) полифункциональность;
4) вариативной;
5) доступность;
6) безопаснсть.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые 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 младенческого и 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 разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.
Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
исправность и сохранность материалов и оборудования.

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

Вид помещения **Функциональное использование**	**Оснащение**	
Спальные помещения: - Дневной сон, - игровая деятельность; - гимнастика после сна.	- Спальная мебель	- Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: массажные коврики, мячи, резиновые кольца.
Раздевальные комнаты: - Информационно – просветительская работа с родителями	- Информационный уголок; - Выставки детского творчества	- Наглядно – информационный материал для родителей; - Физкультурный уголок.
Методический кабинет: - Осуществление методической помощи педагогам; - Организация консультаций, семинаров, педагогических советов;	- Библиотека педагогической и методической литературы; - Библиотека периодических изданий;	- Опыт работы педагогов; - Материалы консультаций, семинаров – практикумов; - Демонстрационный раздаточный материал для занятий с детьми;

- Выставка дидактических и методических материалов для организации работы с детьми по различным направлениям развития; - Выставка изделий народно – прикладного искусства	- Пособия для занятий; - Плакаты и наборы дидактических наглядных материалов с изображением животных, птиц, насекомых, обитателей морей и т.д.	- Иллюстрационный материал; - Изделия народных промыслов; - Скульптуры малых форм; - Муляжи овощей и фруктов
Физкультурный зал: **- Физкультурные занятия;** **- Спортивные досуги;** **- Развлечения, праздники;** **- Консультативная работа с родителями и воспитателями**	**- Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания и т.д.;** **- Гимнастические скамейки;** **- Лесенка**	**- Гимнастические маты;** **- Тренажеры**
«Зеленая зона» участка: - Прогулки, - игровая деятельность, - физкультура, досуги, - самостоятельная двигательная деятельность: - развитие познавательной, трудовой деятельности посредством сезонного оформления участков.	- Прогулочные веранды; - Цветники	- Спортивная площадка; - Малые игровые формы; - Огород, - Сад

Предметно-развивающая среда ФИЗКУЛЬТУРНОГО зала, спортивной площадки и физкультурных уголков групповых помещений МДОУ.

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Предметно-развивающая среда в МДОУ		

Музыкальный и спортивный залы	➢ Непосредственно образовательная деятельность ➢ Утренняя гимнастика ➢ Досуговые мероприятия, ➢ Праздники ➢ Театрализованные представления ➢ Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей	➢ Телевизор, музыкальный центр, приставка DVD, переносная мультимедийная установка, видеомагнитофон ➢ Пианино ➢ Детские музыкальные инструменты ➢ Различные виды театра, ширмы ➢ Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия ➢ Модули ➢ Тренажеры ➢ Нетрадиционное физкультурное оборудование ➢ Шкаф для используемых муз. руководителем пособий, игрушек, атрибутов
Спортивная площадка	➢ Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники	➢ Спортивное оборудование ➢ Оборудование для спортивных игр

2.Обеспечение методическими рекомендациями и средствами обучения и воспитания

Программы, технологии и пособия по образовательной области «Физическое развитие»	• **«От рождения до школы»** Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: Мозаика - Синтез, 2010 – 304с. • Программа "Старт"/Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003 **Перечень программ, технологий, пособий** **Программы, технологии, Методические пособия**

	-"От рождения до школы" Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.- М.: Мозаика-Синтез,2010-304с. -Программа «Старт» /Л.В.Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. -Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.-112 с. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.-112 с. - Пензулаева Л.И.Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.-112 с - Пензулаева Л.И.Физическая культура в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.-112 с -Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2009.-96 с. -Мониторинг физического развития детей : диагностический журнал. Средняя группа/ авт.-сост. Т. Э. Токаева.- Волгоград : Учитель, 2012.-65 с -Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях: Практическое пособие.- М.: АРКТИ, 2002.-64 с. -Нормативно-правовые основы физического воспитания детей дошкольного возраста/Авт.-сост. Р.И. Амарян, В.А.Муравьев. - М.: Айрис-пресс, 2004.-128с. -М. Ю. Картушина Быть здоровыми хотим : оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада.- М.:"Сфера",2004.-384 с. -Кириллова Ю.А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Старшая и подготовительная к школе группы. Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений.- СПб.:"ДЕТСТВО- ПРЕСС", 2008.-432с. -Детские игры. Вып. 3. - М.: "Олимп"; ЗАО "Премьера", 1999. - 16 с.:ил. -Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет. сада/ Под ред. Л. В. Руссковой. - М.: Просвещение, 1986. - 79 с., ил -Осокина Т.И. и др. Игры и развлечения детей на воздухе/Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С.Фурмина.-224 с. ,ил.- (Б-ка воспитателя дет.сада). -Фролов В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя.- М.: Просвещение, 1986.-159 с. -Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня: Пособие для учителя.- 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Просвещение, 1983. -192 с.., ил. -Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее. -СПб.: Дельта, 1998.-208 с., ил. -Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Зацепина М.Б., Воробьева О.И.. Спортивные праздники и развлечения для дошкольников, Сценарии. Старший дошкольный возраст. Методические рекомендации для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: АРКТИ, 2000 - 72 с. -Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада/Сост. А.В. Кенеман; Под ред. Т И. Осокиной .-М.: Просвещение,1988.239 с -Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми.- М.: Медицина, 1989.-128 с.: ил

	-Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: Из опыта работы/Авт.-сост. О. Н. Моргунова. -Воронеж: ТЦ "Учитель",2005.-109 с. -Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Кн. для воспитателя дет. сада: Из опыта работы/ Л. А. Викс, Л. С. Жбанова и др.; Сост. Ю.Ф. Луури. -М.: Просвещение,1991.-63 с.: ил. -Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подг. к школе группы 2-е изд.., дораб. - М.: Просвещение, 1984.-159 с., ил. -Вавилова Е. Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада.- М.: Просвещение,1983.-144 с., ил. -Буцинская П.П. и др. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет. сада- П. П. Буцинская, В. И. Васюкова, Г. П. Лескова.-175 с:ил -Спортивные игры: Учеб. для студентов пед. ин-тов по спец. №2114 "Физ. воспитание" / В. Д. Ковалев, В. А. Голомазов, С. А. Кераминас и др.; Под ред. В. Д. Ковалева.- М.: Просвещение, 1988.-304 с.: ил. -Глазырина Л. Д. Физическая культура- дошкольникам: Старший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.-264 с. -Кенеман А.В. и Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. "Дошкольная педагогика и психология". Изд. 2-е, испр. и доп. М., "Просвещение", 1978. 272 с. -Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду.- 3-е изд., перераб.- М.: Просвещение. 1986. 304 с., ил. - Глазырина Л. Д., Овсянкин В. А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошк. учреждений.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 176 С. -Спорт. Летние виды. Тематический словарь в картинках: Мир человека. - М. -Школьная Пресса,2010.-24 с.: цв. илл.+ вкл.-(Программа "Я-человек")-Спорт. --- -Спорт. Зимние виды. Тематический словарь в картинках: Мир человека. - М. -Школьная Пресса,2010.-24 с.: цв. илл.+ вкл.-(Программа "Я-человек") -Игровой дидактический материал. Малыши - крепыши.- Часть 1. Игра "Забавы в картинках".- изд. Весна-Дизайн. - Игровой дидактический материал. Малыши - крепыши.- Часть 2. Игра "Забавы в картинках".- изд. Весна-Дизайн. -Твой олимпийский учебник: Учеб. пособие для учреждений образования России./В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России.- М.: Советский спорт ,1999.-160 с. -Олимпийские игры. Познавательно- игровая деятельность.1-11 классы/авт.-сост.Н.В. Барминова и др..-Волгоград: Учитель,2013.-289 с.

3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов МДОУ придерживается следующих ***правил***:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные *принципы* построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по группам:
- Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года

Ежедневная организация жизни и деятельности детей составлена с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, социального заказа родителей, наличия специалистов, педагогов, медицинских работников, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации детских видов деятельности. В течение дня предусмотрено сбалансированное чередование:

- специально организованных занятий - ООД;
- совместной деятельности взрослых и детей;
- самостоятельной деятельности детей на достижение задач всех 5 образовательных областей.

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра, которая в образовательном процессе задается взрослым.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 -6 часов.

Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. На фоне самостоятельной деятельности детей проводятся режимные процессы, оздоровительно-закаливающие мероприятия, специально организованные игры-занятия.

Ежедневная продолжительность прогулки составляет не менее 3-4часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после ужина, перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже – 15*С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Во время прогулки с детьми проводят игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДОУ.

Дневному сну отводится 2-2,5 часа. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не проводятся подвижные игры.

Реализация физического и художественно-эстетического направлений занимает не менее 50% общего времени занятий.

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет планируют не более 10 занятий в неделю, продолжительностью не более 8-10 мин. Одно занятие проводится в первую и одно занятие во вторую половину дня по подгруппам не более 5-8 детей.

Занятия проводятся в первой половине дня для детей, младшей и средней групп - не более двух, старшей и подготовительной групп - не более трех. Их продолжительность для детей:

- 4-го года жизни – не более 15 мин.;
- 5-го года жизни – не более 20 мин.;
- 6 –го года жизни – не более 25 мин.;
- 7 –го года жизни – не более 30 минут.

В середине занятия проводится физкультминутка. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

Занятия, требующие повышенной познавательной и умственной активности, проводятся в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей – вторник, среда.

Домашние задания детям не задаются.

В летний период учебные занятия не проводятся. Проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и т.п., увеличивается продолжительность прогулок.

Занятия по дополнительному образованию для детей 4-7 года жизни - студии, кружки, секции и т.п. входят в объём максимально допустимой недельной нагрузки, обеспечивают вариативность образования МДОУ с учетом приоритетной деятельности – социально-личностного развития дошкольников, а также имеющихся условий, которые позволяет реализовать социальный заказ на образовательные услуги.

В середине учебного года – январь-февраль для воспитанников организуются недельные каникулы, во время которых проводятся занятия только физического и художественно-эстетического направления.

Общественно полезный труд детей старшей и подготовительных групп проводится в форме самообслуживания (дежурства по столовой, сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и т.п.). Его продолжительность не более 20 минут в день.

Просмотр телепередач для детей дошкольного возраста допускается не чаще 2 раз в день, в первую и во вторую половину дня, непрерывная длительность просмотра телепередач и диафильмов для детей младшей и средней группах – не более 20 минут, в старшей и подготовительной группах – не более 30 минут.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года. В систему физкультурно-оздоровительных мероприятий включены: утренняя гимнастика, физкультурные занятия в помещении и на воздухе, физкультурные минутки,

подвижные игры, спортивные упражнения. Одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет круглогодично проводится на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Занятия на открытом воздухе организуются с учетом местных климатических особенностей. Занятия проводят при температуре воздуха до -15С в безветренную погоду.

4. Преемственность между дошкольным и начальным образованием

Одной и главных задач общественного дошкольного воспитания является подготовка детей к широкому вхождению в жизнь, прежде всего к переходу в школу. Под преемственностью понимается преемственность содержания, форм и методов по всем разделам воспитательно-образовательной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, направленной на формирование и развитие способностей детей и учитывающей уровень предшествующего развития.

Организация работы

Содержание работы	Формы работы
Сотрудничество родителей и воспитателей, руководителя МДОУ и директора школы, завуча по начальной школе и старшего воспитателя по ознакомлению с содержанием программ	Беседы, консультации, семинары, изучение методической литературы
Повышение квалификации воспитателей МДОУ и учителей начальной школы	Самообразование, методические объединения, курсы повышения квалификации
Взаимопосещения педагогов МДОУ	Проведение открытых уроков и открытых показов специально организованной деятельности в МДОУ
Диагностика детей подготовительных к школе групп на предмет готовности к школе	Беседа – игра, наблюдение, сюжетно-ролевые игры, упражнения
Подготовка и проведение совместных мероприятий между школой и МДОУ	Экскурсия в школу, подготовка и проведение совместных праздников
Работа педагогов с родителями	Проведение совместных родительских собраний для родителей подготовительных к школе групп, оформление папок передвижек, анкетирование, индивидуальные консультации

Подведение итогов диагностического обследования детей	Оформление диагностических карт

5. Внешние связи МДОУ с другими организациями.

Учреждение	Вид взаимодействия
Комитет	1. Участие в методических объединениях дошкольных образовательных учреждений района. 2. Организационная работа.
Институт усовершенствования учителей	1. Курсы повышения квалификации педагогов МДОУ.
МДОУ Ленинского района г. Астрахань	1. Взаимопосещение. 2. Обмен опытом.
МУЗ «Городская поликлиника № 3»	1. Контроль за организацией оздоровительной работы в МДОУ. 2. Сотрудничество с педиатром поликлиники. 3. Осмотры детей специалистами поликлиники. 4. Индивидуальные консультации по направлению специалистов МДОУ.
ОГИБДД УВД по г. Астрахань	1.Общие и групповые родительские собрания с участием инспекторов ГБДД . 2.Участие инспектора ДПС в работе с детьми.(беседы, демонстрация видеоматериалов) 3Проведение «круглых столов» и развлечений с участием ОГИБДД УВД ПО Г.Астрахань

6. Приложение к рабочей программе:

6.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовит. группы
Организованная деятельность		6 часов в неделю	8 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8- 10 минут	10- 12 минут
Дозированный бег		3-4 минуты	5-6 минут	7-8 минут
Упражнения после дневного сна	5- 10 минут	5- 10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Подвижные игры	не менее 2-4 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15- 20 минут
Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
		8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-10 мин	10-12 мин	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения	1раз в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30- 40 минут
Спортивные праздники	2- 4 раза в год			
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

ПРИМЕРНАЯ МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 10-12 минут

2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
3.	Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
6.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
8.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (один раз в неделю НОД на воздухе). Длительность от 10 до 30 минут
9.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
10.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
11.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ДОСУГОВ И ПРАЗДНИКОВ НА 2022 -2023 УЧЕБНЫЙ ГОД:

1. Первая младшая группа:

№	Месяц	Мероприятие	Задача
1	**Сентябрь**	«Курочка с цыплятами» .	Упражнять в беге, равновесии и ориентировке в пространстве. Создать положительно -эмоциональный настрой детей, вызвать интерес к занятиям спортом.

2	**Октябрь**	Досуг «Сказочная история»	Воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни. Совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков. Создавать радостное настроение.
3	**Ноябрь**	Развлечение «В гости к Мишке»	Упражнять детей в ходьбе и беге. совершенствовать навыки ползания и прыжков. продолжать расширять знания детей о природе
4	**Декабрь**	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч»	Развивать физические качества. Доставлять детям чувство радости.
5	**Январь**	Досуг «Зимние забавы»	Развивать ловкость, выносливость. Учить заботиться об общекомандном результате. Развивать интерес к различным видам спорта.
6	**Февраль**	Досуг «Снег кружиться…»	Развивать физические качества. развивать вестибулярный аппарат и умение сохранять равновесие.
7	**Март**	Развлечение «Приглашаем детвору на веселую игру»	Развивать силу, ловкость. Воспитывать командные качества.
8	**Апрель**	Досуг «Веселая гимнастика»	Поддерживать интерес к физической культуре и спорту. Формировать стремление принимать активное участие. Развивать физические качества.
9	**Май**	Развлечение «Веселые лягушки»	Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений. Упражнять в ходьбе, беге, прыжках. Развивать ориентировку в пространстве.

2. Вторая младшая группа:

№	**Месяц**	**Мероприятие**	**Задача**
1	**Сентябрь**	**«Мой веселый, звонкий мяч»**	Задачи: Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений; развивать ловкость и глазомер при катании мяча, (бег, прыжки, равновесие)
2	**Октябрь**	**«В гости к зайке"**	Задачи: Развивать образное мышление и воображение, упражнять в различных видах ходьбы по профилактике плоскостопия, в выполнении упражнений по коррекции

			зрения, сохранять равновесие.
3	**Ноябрь**	**«Котята-шалунишки»**	Задачи: Формировать первичные навыки соблюдения режима дня, закрепить в игровой форме навык выполнения циклических упражнений
4	**Декабрь**	**«Колобок - холодок».**	Задачи: Продолжать учить ползать на четвереньках, между предметами, опора на ладони и колени. Сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической доске. Упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола. Приучать согласовывать движения с движениями других детей.
5	**Январь**	**«Зимние забавы»**	Задачи: Закрепить в игровой форме навыки выполнения циклических упражнений, посредством создания эмоционального фона. С помощью игр и упражнений вызвать у детей положительные эмоции, бодрое настроение.
6	**Февраль**	**«В гости к мишке»**	Задачи: Закрепить в игровой форме навыки выполнения циклических упражнений
7	**Март**	**«Весёлые воробьи»**	Задачи: Обучать основным видам движений: бегу, прыжкам, сохранению равновесия; развивать ловкость, внимание; воспитывать у детей любовь к выполнению физических упражнений.
8	**Апрель**	**«Веселый дождик»**	Задачи: Доставить детям удовольствие, закрепить двигательные навыки, приучать заботится о своем здоровье.
9	**Май**	**«Физкульт-ура»**	Задачи: Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с бегом и прыжками. Воспитывать выдержку.

3. Средняя группа:

	Месяц	**Мероприятие**	**Задача**
1	**Сентябрь**	**«По грибочки в лес пойдем»**	Задачи: Упражнять детей в беге, в прыжках, создавать положительные эмоции.

2	**Октябрь**	**«Строим теремок»**	Задачи: Упражнять детей в прыжках, в равновесии, учить ориентироваться в пространстве
3	**Ноябрь**	**«Папа, мама, я — спортивная семья»**	Задачи: Доставить детям радость. Активно вовлекать родителей в совместную детско-взрослую деятельность.
4	**Декабрь**	**«Зимушка-зима»**	Задачи: Укреплять здоровье детей, совершенствовать основные виды движений
5	**Январь**	**«Зимние забавы»**	Задачи: Укреплять здоровье детей, создавать радостное настроение, совершенствовать основные виды движения.
6	**Февраль**	**«Проводы зимы»**	Задачи: Способствовать дальнейшему развитию интереса детей к занятиям физической культурой, закреплять полученные двигательные умения и навыки.
7	**Март**	**«Будем здоровы»**	Задачи: Воспитание у детей ловкости, точности движения, двигательной самостоятельности, дружелюбия, любви к спорту.
8	**Апрель**	**«Веселые старты»**	Задачи: Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с мячом, бегом, прыжками. Воспитывать выдержку.
9	**Май**	**Вечер подвижных игр**	Задачи: Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с бегом и прыжками. Воспитывать выдержку.

4. Старшая группа:

№	**Месяц**	**Мероприятие**	**Задача**
1	**Сентябрь**	**«Быть здоровыми хотим»**	Задачи**:** Приобщать детей к здоровому образу жизни. Продолжать обучать детей игровым упражнениям для профилактики осанки и плоскостопия.

2	**Октябрь**	**«В гостях у сказки»**	Задачи: Воспитание у детей ловкости, точности движения, двигательной самостоятельности, дружелюбия, любви к спорту.
3	**Ноябрь**	**«Мы растем здоровыми»**	Задачи: Пропаганда здорового образа жизни среди детей и их родителей; популяризация активных форм отдыха; укрепление морального облика семьи; проявление у детей и взрослых физической закалки, духа соревновательности.
4	**Декабрь**	**«Зимняя сказка»**	Задачи: Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать умение легко прыгать. Закреплять навыки метания набивного мяча вдаль одной рукой. Воспитывать интерес к движениям и потребность в здоровом образе жизни.
5	**Январь**	**«В гостях у гололедицы»**	Задачи: Познакомить детей с зарождением Олимпийского движения, совершенствовать основные виды движений, используя подвижные игры и эстафеты.
6	**Февраль**	**«Рыцарский турнир»**	Задачи: Закреплять навыки выполнения спортивных, циклических упражнений, создавать радостное настроение.
7	**Март**	**«Вместе весело шагать»**	Задачи: Доставить детям удовольствие от общения с любимыми персонажами и совместной с родителями деятельности; Повысить двигательную активность: закрепить навыки метания в горизонтальную цель, подлезания, бега врассыпную, прыжков; Развитие пространственной ориентации, воспитание взаимопомощи, взаимовыручки, творческой активности.

8	**Апрель**	**«Мы дети Земли»**	Задачи: Создание единого образовательного пространства в физическом развитии дошкольников, установление доверительного контакта между семьёй и детским садом, развитие потребности в движениях, потребности в здоровом образе жизни, совершенствование психофизических качеств с учётом их половых особенностей.
9	**Май**	**«Дорога в город»**	Задачи: Закреплять умение прыгать в длину с места, подлезать под гимнастическую скамейку. Закрепить знания детей о правилах дорожного движения.

5. Подготовительная к школе группа:

№	Месяц	Мероприятие	Задача
1	**Сентябрь**	**«Королевство волшебных мячей»**	Задачи: Закреплять умение детей бросать и ловить мяч, перебрасывать мяч друг другу из-за головы, метать в цель, воспитывать внимательность, ловкость.
2	**Октябрь**	**«Школа здоровья»**	Задачи: Формировать навыки здорового образа жизни. Содействовать всестороннему развитию детей, воспитывать чувство коллективизма и товарищеской взаимопомощи.
3	**Ноябрь**	**«В гостях у сказки»**	Задачи: Закреплять умение прыгать из обруча в обруч, ноги вместе. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Воспитывать ловкость, смелость, выносливость.
4	**Декабрь**	**«Снеговик».**	Задачи: Упражнять детей прыгать в длину с места. Закрепить умение ползать по скамейке на животе. Совершенствовать умение ходить по узкой рейке гимнастической скамейки. Укреплять свод стопы упражнениями для профилактики плоскостопия. Побуждать детей к творческому самовыражению, развивать дружеские взаимоотношения.
5	**Январь**	**«Детские Олимпийские игры»**	Задачи: Познакомить детей с зарождением Олимпийского движения, совершенствовать основные виды движений,

			используя подвижные игры и эстафеты.
6	**Февраль**	**"Аты - баты, мы солдаты!"**	Задачи: Закреплять навыки выполнения спортивных, циклических упражнений, создавать радостное настроение.
7	**Март**	Спортивный праздник **«Большие гонки»**	Задачи: Доставить детям удовольствие от общения с любимыми персонажами и совместной с родителями деятельности; Повысить двигательную активность: закрепить навыки метания в горизонтальную цель, подлезания, бега врассыпную, прыжков; Развитие пространственной ориентации, воспитание взаимопомощи, взаимовыручки, творческой активности.
8	**Апрель**	**«Путешествие в космос»**	Задачи: Создание единого образовательного пространства в физическом развитии дошкольников, установление доверительного контакта между семьёй и детским садом, развитие потребности в движениях, потребности в здоровом образе жизни, совершенствование психофизических качеств с учётом их половых особенностей.
9	**Май**	**«Спорт и я - верные друзья»**	Задачи: Закрепить навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (бег, прыжки, ходьба, владение мячом); закаливать детей на свежем воздухе, вызывать у них положительный эмоциональный настрой, воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по состязаниям, обучать управлению волевыми усилиями.

6.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Как и во всех группах нашего сада, у нас оборудован физкультурный уголок или "Уголок здоровья", где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности. Это и фабричное спортивное оборудование, и нестандартное, изготовленное педагогами и родителями. Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки, для профилактики плоскостопия, кольцебросы, мягкие мишени, разноцветные флажки, ленты, косички, султанчики и многое другое.

Главная цель физкультурного уголка:

Физкультурный уголок служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.

Задачи физкультурного уголка:

- развитие движений и совершенствование двигательных функций;

- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;

- предупреждение нарушений опорно – двигательного аппарата;

- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;

- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Задача воспитателя:

Научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному использованию физкультурного оборудования.

Требования к спортивному уголку:

1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальной комнате.

2. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение принципу целесообразности.

3. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.

4. Уголок должен быть доступным в использовании каждым ребенком.

5. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.

6. Наличие символик физкультуры и спорта.

МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Физкультурные пособия в младшем дошкольном возрасте важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей.

Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их. В младших группах целесообразно создавать специальный физкультурный уголок, который должен представлять единое двигательное пространство, на котором каждый ребенок может удовлетворить потребность в движении и познании, действуя с разнообразными физкультурно - игровыми пособиями.

СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

В среднем возрасте дети стремятся к выполнению движений разными способами, выбирая наиболее рациональный.

Необходимо в этот период варьировать местоположение оборудования, периодически убирая то, которое наскучило детям.

Во второй половине года необходимо пополнять уголок иллюстрированным материалом, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с видами спорта.

СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Для старших дошкольников целесообразно создать вариативные, усложненные условия для выполнения разных видов физических упражнений с использованием пособий.

В старших группах необходимо знакомить детей с важнейшими событиями спортивной жизни страны и помещать соответствующий материал в уголке (иллюстрации, игры, и т. д.)

Уголок должен активно использоваться в течение дня (индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей)

Комплектация уголков:

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей;

- картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей;

- картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей;

- картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей;

- картотека бодрящих гимнастик в соответствии с возрастом детей;

- картотека считалок (II младшая группа во II половине года) ;

- иллюстрированный материал по зимним видам спорта (средняя группа во II половине года) ;

- иллюстрированный материал по летним видам спорта (средняя группа во II половине года) ;

- символика и материалы по истории Олимпийского движения (средняя группа во II половине года) ;

- сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны (старшие группы) .

2. Игры (средние и старшие группы) :- дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками и т. д. - спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.) .

3. Атрибуты для подвижных и малоподвижных игр: эмблемы, маски, оборудование (например – ленточки, для всех возрастных групп.

4. Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;

- коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д. ;

- бросовый материал (шишки, яйца от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.

- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;

- мячики – ежики;

- мешочки с разной крупой для рук;

- эспандер (средний и старший возраст) .

5. Для игр и упражнений с прыжками:

- скакалки;

- обручи;

- шнуры;

бруски.

6. Для перешагивания, подъема и спуска:

- бруски деревянные.

7. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцеброс;

- мячи резиновые разных размеров;

- попрыгунчики (средние и старшие группы) ;

- мячи или мешочки с песком для метания (средние и старшие группы) ;

- корзины для игр с бросанием;

мишень для метания или дартс с мячиками на липучках (средний и старший возраст) ;

- кегли;

- нестандартное оборудование.

8. Выносной материал (по возрасту детей) :

- мячи резиновые;

- мяч футбольный (средний и старший возраст) ;

- бадминтон (старший возраст) ;

- скакалки;

- обручи;

- лыжи;

- хоккейные клюшки;

- санки и т. д.

9. Наличие бубна для проведения утренней гимнастики

Примеры оформления спортивных уголков:

ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить - долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

6.3. Годовой учебный график

Годовой календарный учебный график – является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса в учебном году в МБОУ «Гимназия №1» ОП "Дошкольное", разработанным в соответствии с Федеральным законом РФ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ » от 29.12.2012 №273-ФЗ

"Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений СанПиН 2.4.1.1249-13", утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 15 мая 2013 года.

Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия №1» ОП "Дошкольное" Ленинского района города Астрахань.

1. Продолжительность учебного года в МБОУ «Гимназия №1» ОП "Дошкольное":

Начало учебного года 01 сентября 2022 года

Каникулярный период 06 февраля 2023 года по 10 февраля 2023года.

Окончание учебного года 31 мая 2023 года.

Продолжительность учебной недели 5 дней (понедельник – пятница)

Продолжительность учебного года 35 недель.

Летний оздоровительный период 01.06.2023 г по 31.08.2023 г;

Режим работы ДОУ с 7.00 до 19.00.

В летний оздоровительный период проводится образовательная деятельность только художественно – эстетического и физкультурно-оздоровительного направлений.

Возрастная группа	1 полугодие учебного года	2 полугодие учебного года	Каникулы зимние	Каникулы летние
1 младшая группа №3,4 (2-3 лет)	01.09.2022 по 06.02.2023	13.02.2023 по 31.05.2023	06.02.2023 по 10.02.2023	01.06.2023 по 31.08.2023
2 младшая группа №7,10 (3-4лет)	01.09.2022 по 06.02.2023	13.02.2023 по 31.05.2023	06.02.2023 по 10.02.2023	01.06.2023 по 31.08.2023
Средняя группа №9,11 (4-5 лет)	01.09.2022 по 06.02.2023	13.02.2023 по 31.05.2023	06.02.2023 по 10.02.2023	01.06.2023 по 31.08.2023
Старшая группа №5,12 (5-6 лет)	01.09.2022 по 06.02.2023	13.02.2023 по 31.05.2023	06.02.2023 по 10.02.2023	01.06.2023 по 30.08.2023
Подготовительные группы №2,6,8 (6-7лет)	01.09.2022 по 06.02.2023	13.02.2023 по 31.05.2023	06.02.2023 по 10.02.2023	01.06.2023 по 30.08.2023

	Объем времени отведенный на реализацию образовательной программы в день				
Образовательная деятельность по реализации образовательной программы	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Непосредственно образовательная деятельность	20 мин	30 мин	40мин	50 мин	105 мин
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	250 мин	240 мин	230 мин	205 мин	180 мин
Самостоятельная деятельность	180 мин	180 мин	200 мин	220 мин	250 мин

детей					
Взаимодействие с семьями детей по реализации основной программы дошкольного образования	90 мин	90 мин	70 мин	60 мин	50 мин
ИТОГО: (минут)	540 мин	540 мин	540 мин	560 мин	570 мин
ИТОГО: (время реализации программы в % от 12 часового (720 мин.) Пребывания детей в ДОУ)	75%	75%	75%	77%	79%
Организованная образовательная деятельность (ООД) в соответствии с СанПиН					
Продолжительность ООД количество ООД в неделю	10 мин, 10 занятий	15 мин, 10занятий	20 мин, 10занятий	25 мин, 14занятий	30 мин 15 занятий
Кружковая работа продолжительность, количество в неделю	-	-	-	25 мин, 2занятия	30 мин, 2занятия
Мониторинг проводится 2 раза в год					
Праздничные мероприятия					
Праздник Осени		✓	✓	✓	✓
Новогодний утренник	✓	✓	✓	✓	✓
Масленица проводы русской зимы		✓	✓	✓	✓
Утренник, посвященный 8 марта	✓	✓	✓	✓	✓
Выпуск в школу					✓
Дни здоровья февраль, май	✓	✓	✓	✓	✓

6.4. Сетка НОД

Расписание ООД инструктора по физической культуре на 2014 -2015 учебный год

	9гр (млад.)	12гр (млад.)	8гр (сред.)	11гр (сред.)	3гр (стар.)	5гр (стар.)	6гр (стар.)	7гр (подг.)	10гр (подг.)
Понедельник		10.30-10.45 *на прог-ке			9.35-10.00	9.00-9.25	11.00-11.30 *на прог-ке		10.25-10.55

Вторник	9.00 – 9.15	9.25-9.40	11.30-12.00 *на прог-ке	10.30-10.55	11.00-11.25 *на прог-ке	10.40-11.05 *на прог-ке	9.50-10.15		
Среда			10.10-10.35	11.00-11.30 *на прог-ке				9.40-10.10	9.00-9.30
Четверг	16.05-16.20	15.40-15.55		10.05-10.30	9.35 – 10.00	9.00 – 9.25		11.30-12.00 *на прог-ке	11.00-11.30 *на прог-ке
Пятница	10.30-10.45 *на прог-ке		9.35 – 10.10				10.20-10.45	9.40-10.10	

Расписание утренней гимнастики

Дни недели	Время проведения	Группы, возраст
Ежедневно	8.00-8.10	9-12 гр. (млад. гр.)
	8.10-8.20	8-11 гр. (сред. гр.)
	8.20-8.30	3-5-6 гр.(старш. гр.)
	8.30-8.40	7-10 гр.(подг. гр.)

Развлечения

Группы/ дни недели	младшая группа	младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Понедельник	16.40-1 неделя №9 гр					
Вторник		16.40-1 неделя №12			16.40-3 неделя №6	
Среда			16.40-2 неделя №8		16.40-3 неделя №5	
Четверг			16.40-1 неделя №11	16.40-2 неделя №3		16.40-3 неделя №7
Пятница						16.40-1 неделя

						№10

6.5. Тематический план

КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (I младшая группа)

Предмет	Тема и цели занятий 1-й недели		Тема и цели занятий 2-й недели	Тема и цели занятий 3-й недели	Тема и цели занятий 4-й недели
Сентябрь	**Тема**	Занятия 1	Занятия 2	диагностика	диагностика
	Цель	Формировать умения: учить ходить и бегать на определенный сигнал, лазать и ходить между двух линий, ползать на четвереньках, подрыгивать на двух ногах. *Игра «Солнышко и дождик»*	Учить бросать и ловить мяч, развивать глазомер, упражнять в ходьбе по наклонной доске, упражнять в беге по кругу, развивать меткость при метании. *Игра «Поймай-прокати»*		
Октябрь	**Тема**	Занятие 5	Занятие 6	Занятия 7	Занятия 8
	Цель	Учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучить бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. *Игра: «Доползи за погремушкой».*	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет на дальность правой и левой рукой, развивать умение бегать в определении. *Игра «По ровненькой дорожке»*	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, помогать преодолеть робость, способствовать развитию умений действовать по сигналу. *Игра «Автомобили» Подвижная игра* «Догони мяч»	Учить детей ходьбе по гимнастической. Скамейке, бросанию из – за головы двумя руками, упражнять в ползании на четвереньках, развивать чувство равновесия, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении. *Игра: «Воробышки и автомобиль».*
	Тема	Занятия 9	Занятия 10	Занятие 11	Занятие 12

	Цель	Учить детей прыгать в длину с места, закреплять метание на дальность из – за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движении. *Подвижная игра: «Догони мяч».*	Учить детей ходить парами в определенном направлении, бросать мяч на дальность от груди, ждать сигнала для движений. *Подвижная игра: « Через ручеек».*	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, воспитывать выдержку. *Подвижная игра: «Солнышко и дождик».*	Учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, упражнять в ползании на четвереньках, переступании через препятствия, катании мяча, учить ходить на носочках, приучить соблюдать определенное направление. *Подвижная игра «Поезд»*
Декабрь	**Тема**	Занятия 13	Занятия 14	Занятие 15	Занятие 16
	Цель	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке развивать внимание и координацию движении. *Подвижная игра «Птички в гнездышках».*	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми. *Подвижная игра «Кто тише»*	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать дружеские чувства, воспитывать взаимоотношение. *Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»*	Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке, бросать на дальность правой и левой рукой, учить быстро реагировать на сигнал. *Подвижная игра: «Воробышки и автомобиль»*
Январь	**Тема**	Занятия 1	Занятия 3	Занятие 6	Занятие 8
	Цель	Учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть. *Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»*	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер. *Подвижные игры «Воробышки и автомобиль»*	Упражнять детей в бросании в горизонтальную цель, учить прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений, умению ориентироваться в пространстве, учить детей быть внимательными друг к другу и при необходимости оказывать помощь. *Подвижные игры «Птички в гнездышках».*	Учить детей катать мяч друг другу, совершенствовать бросание на дальность из – за головы, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить дружно действовать в коллективе. *Подвижные игры «Жуки».*
	Тема	Занятия 4	Занятия 5	Занятие 6	Занятие 7

Февраль	**Цель**	Продолжать учить детей в ходьбе по гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности ловкости и умению дружно играть. *Подвижная игра «Кот и мышки»*	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, учить подрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть. *Подвижная игра «Догони меня»*	Упражнять детей в катании мяча, ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений, учить помогать друг другу. *Подвижная игра «Догони меня»,*	Учить детей ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с нее, упражнять в катании мяча в цель, способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера. *Подвижная игра «Поезд»*
Март	**Тема**	Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3	Занятие 5
	Цель	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей. *Подвижная игра: «Кошка и мышки».*	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее, закреплять умение бросать на дальность из – за головы , учить ходить парами, способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия чувства равновесия *Подвижная игра: « Кошка и мышки».*	Учить детей ходьбе по наклонной доске , в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть. *Подвижная игра: «Пузырь.*	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места , развивать координацию движений, воспитывать внимание и умение сдерживать себя. *Подвижная игра: « Солнышко и дождик».*
Апрель	**Тема**	Занятия 6	Занятие 7	Занятия 1	Занятия 4
	Цель	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу. *Подвижная игра: «Солнышко и дождик».*	Упражнять детей в прыжках в длину с места , повторить ползание по гимнастической скамейке, учить быстро реагировать на сигнал. *Подвижная игра «Мой веселый и звонкий мяч».*	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движении. *Подвижная игра «Пузырь»*	Учить детей бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости. *Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»*
	Тема	диагностика	диагностика	Занятие 5	Занятие 6

Май	**Цель**			Продолжать учить детей бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать с высоты, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. *Подвижная игра Мой веселый звонкий мяч».*	Закреплять умение у детей катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке в глубину, совершенствовать чувство равновесие. *Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».*

(II младшая группа)

Предмет	Тема и цели занятий 1-й недели		Тема и цели занятий 2-й недели	Тема и цели занятий 3-й недели	Тема и цели занятий 4-й недели
Сентябрь	**Тема**	Занятия 1	Занятия 2	Занятия 3	Занятия 4
	Цель	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по умен. площаде опоры, сохраняя равновесие.. *Подвижная игра «Бегите ко мне»*	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжки на двух ногах на месте. *Подвижная игра «Догони меня»*	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.. *Подвижная игра: «Кот и воробышки».*	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу группироваться при лазании под шнур. *Подвижная игра: «Быстро в домик», «Найдем жука»*
Октябрь	**Тема**	Занятие 5	Занятие 6	Занятия 7	Занятия 8
	Цель	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. *Подвижная игра «Догони мяч»*	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. *Подвижная игра «Ловкий шофер», «Машины поехали в гараж»*	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. *Подвижная игра «Зайка серый умывается», «Найдем зайку»*	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и Упражнений в равновесии. *Подвижная игра: «Кот и воробышки».*

				Подвижная игра «догони мяч»	
Ноябрь	**Тема**	Занятия 9	Занятия 10	Занятие 11	Занятие 12
	Цель	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. *Подвижная игра: «Ловкий шофер», «Найдем зайчонка»*	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выпол. заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземл. на полусогнутые ноги; упраж. в прокатывании мяча др.др., развивая коорд. движений, глазомер. *Подвижная игра: « Мыши в кладовой».*	Развивать умение действовать по сигналу вос-ля; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. *Подвижная игра: «По ровненькой дорожке».*	Упражнять детей ходьбе выполнением заданий, развивая внимание, на сигнал воспитателя, в ползании, развивая координацию движений, в равновесии. . *Подвижная игра «Поймай комара»*
Декабрь	**Тема**	Занятия 13	Занятия 14	Занятие 15	Занятие 16
	Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. *Подвижная игра «Коршун и птенчики».*	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. . *Подвижная игра «Найди свой домик»*	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу восп-ля ; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазаньи под дугу. *Подвижная игра «Лягушки»*	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. *Подвижная игра: «Птица и птенчики»*
	Тема	Занятие 17	Занятие 18	Занятие 19	Занятие 20

Январь	**Цель**	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. *Подвижная игра «Коршун и цыплята», «Найдем цыпленка»*	Упражнять детей в ходьбе по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. *Подвижные игры «Птица и птенчики»*	Упражнять в умении действовать по сигналу воспля в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании , развивая координация координацию движений. *Подвижные игры «Найди свой цвет».*	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры . *Подвижные игры «Лохматый пес».*
Февраль	**Тема**	Занятие 21	Занятие 22	Занятие 23	Занятие 24
	Цель	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. *Подвижная игра «Найди свой цвет»*	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. *Подвижная игра «Воробышки в гнездышках»*	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. *Подвижная игра «Воробышки и кот»*	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии. *Подвижная игра «Лягушки»*
	Тема	Занятие 25	Занятие 26	Занятие 27	Занятие 28

Март	**Цель**	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры, повторить прыжки между предметами. *Подвижная игра: «Кролики».*	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. *Подвижная игра: «Найди свой цвет»*	Развивать умение действовать по сигналу восп-ля. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. *Подвижная игра: «Зайка серый умывается».*	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. *Подвижная игра: «Автомобили».*
Апрель	**Тема**	Занятие 29	Занятие 30	Занятие 31	Занятие 32
	Цель	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. *Подвижная игра: «Тишина».*	Упражнять ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. *Подвижная игра «Мой веселый и звонкий мяч».*	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. *Подвижная игра «Мы топаем ногами»*	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу восп-ля; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. *Подвижная игра «Огуречик, огуречик»*
	Тема	Занятие 33	Занятие 34	диагностика	диагностика

Май	**Цель**	Повторить ходьбу и бег врассыпную , развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. *Подвижная игра «Мыши в кладовой».*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. *. Подвижная игра «Воробышки и кот»».*		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя** **4,5**	**2-я неделя** **7,8**	**3-я неделя**	**4-я неделя**
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С флажками	С мячом	диагностика	диагностика
Основные виды движений	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.		

	подлезанием под дугу	4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями		
Подвижные игры	«Самолёты»	«Огуречик, огуречик»	«Огуречик, огуречик»	«У медведя во бору»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя** **10,11**	**2-я неделя** **11,12**	**3-я неделя** **13,14**	**4-я неделя** **16,17**
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С обручем	Со скакалками	С косичкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	1. Прыжки через брусок 2. Метание мешочков на дальность. 3. Прыжки через шнур 4. Метание мешочков в цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 3.Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочками на голове. 4. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнув через неё.	1. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 2. Прокатывание мяча друг другу 3. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 4. Прокатывание мяча между 4-5предметами.

Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Перебрось - поймай»	«Кот и мыши»	«Автомобили»
III часть	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши»,			
	чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Автомобили» поехали в гараж

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя 19,20**	**2-я неделя 22,23**	**3-я неделя 25,26**	**4-я неделя 28,29**
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С мячом	Со скакалками	С кубиками	С мячом
Основные виды движений	1. Прокатить мяч в прямом направлении 2. Лазанье под шнур, не касаясь пола. 3.Лазанье под дугу поточным способом. 4. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий	1. Подлезание под дуги, касаясь руками. 2. Равновесие – ходьба по доске, с перешагиванием через кубики. 3. Прыжки на двух ногах между кубикам. 4. Лазанье под шнур, на высоте 40см., с мячом в руке. 5.Прокатить мяч в прямом	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски.	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.

		направлении, затем пробежать за ним.	5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	5. Прыжки на двух ногах между кеглями
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«кот и мыши»	«Салки»	Самолёты
III часть	«Угадай где спрятано»	«Угадай, кто позвал»	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Летает не летает»

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя** **31,32**	**2-я неделя** **34,35**	**3-я неделя** **1,2**	**4-я неделя** **4,5**
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С платочками	С мячом
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо. 2. Прыжки через 4-5 брусков, со взмахом рук. 3. Ходьба по шнуру, положенному по кругу 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров 5. Прокатывание мячей между предметами.	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)

Подвижные игры	«Карусели»	«Поезд»	«Лиса и куры»	«»У медведя во бору
III часть	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	«Тише, мыши…». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Найдём цыплёнка»	«Летает не летает»

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 7,8**	**2-я неделя 10,11**	**3-я неделя 16,17,**	**4-я неделя 19,20**
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонн остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	С мячом	С кубиками	С мячом	С косичками
Основные в движений	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Перебрасывание мячей друг другу 4. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 5. Ходьба между предметами перешагиванием.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват с боков. 2. Ходьба по гимнастической скамей боком приставными шагами. 3. Ползание на четверень-ках по гимнастической скамейке 4. Ходьба по гимнастической скаме-йке, на середине – приседание, вста-ть и пройти дальше	1.Прыжки со скамейки (25см). 2. Перебрасывание мячей друг другу . 3. Отбивание малого мяча одн-ой рукой о пол и ловля его двумя руками. 4. Прыжки на двух ногах, прод-вигаясь вперёд. 5.Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд.	1.Прокатывание мячей друг другу в парах 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Прокатывание мячей друг другу в парах 4. Ползание по гимнасти-ческой скамейке на ладо-нях и ступнях. 5.Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперёд.
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Найди себе пару»	«Лошадки»

III часть	Ходьба по ребристой доске (босиком)	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 22,23**	**2-я неделя 25,26**	**3-я неделя 31,32**	**4-я неделя 34,35**
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мяча Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	С обручем	Без предмета	С мячом	С гимн. палкой
Основные вı движений	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь пола. 2. Ходьба по скамейке с мешочками на голове. 3. Лазанье под шнур боком и прямо, не касаясь пола. 4. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 5.Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными ряд.	1. Ходьба по скамейке с поворотом. 2. Прыжки через бруски. 3.Ходьба, перешагивая через набивные мячи, с высоким поднимание колен. 4. Прыжки через шнур, положенной вдоль зала. 5. Перебрасывание мячей друг другу стоя в шеренге.	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание по скамье на четвереньках 3. Метание мешочков в вертикальную цель. 4. Прыжки на двух ногах между предметами. 5. Ползание по скамье с опорой на ладони и колени.	1. Ползание по скамье с опорой на ладони и колени 2. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, с высоким поднимание колен. 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 4. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 5.Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук
Подвижные игр	«У медведя во бору»	«Котята и щенята»	«Перелёт птиц»	«Перелёт птиц»
III часть	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыж на счёт «три»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на месте, с продвижен вправо, влево, вперёд, назад	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы **Этапы заняти**	**1-я неделя** **1,2**	**2-я неделя** **4,5**	**3-я неделя** **7,8**	**4-я неделя** **10,11**
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнен заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками
Основные в движений	1. Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа, слева. 3. Ходьба и бег по наклонной доске. 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров	1. Прыжки в длину с места. 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Прыжки в длину с места. 4. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками за головы. 5.Прокатывание мяча друг другу	1.Прокатывание мячей между предметам 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 3. Прокатывание мячей между предмета 4. Ползание по гимнастической скамейке ладонях и коленях с мешочками на спин 5. Ходьба по скамейке с мешочками на голове	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 2. Ходьба по доске. 3. Прыжки на двух ногах через шнуры. 4. Лазание по гимнастич. стенке с передвиж. по третьей рейке. 5. Ходьба по доске на носках 6.Прыжки на двух ногах через шнуры.
Подвижные игр	«Перелёт птиц»	«Бездомный заяц»	«Самолёты»	«Охотник и зайцы»
III часть	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одно	Ходьба в колонне по одному	«Найдём зайку»

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 13,14**	**2-я неделя 16,17**	**3-я неделя 19,20**	**4-я неделя 22,23**
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их			
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С косичкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по доске с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через препятствия 3. Метание мешочков в горизонтальную цель. 4. Ходьба по доске боком приставными шагами с мешочком на голове	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Прыжки в длину с места 4. Метание мяча в вертикальную цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прыжки в длину с места.
Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Совушка»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»
III часть	«Угадай кто позвал».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАЙ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	**1-я неделя**	**2-я неделя**		

Этапы заняти			3-я неделя 25,26	4-я неделя 28,29
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	диагностика	диагностика	Без предметов	С кубиком
Основные в движений			1. Ходьба по гимнастичес-кой доске на полу 2. Прыжки на двух ногах в длину с места 3. Ходьба по гимнастичес-кой скамье боком. 4.Прыжки в длину с места через шнуры.	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мяча друг другу 3. Прыжки зажав мяч между коленками 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Карусель»	«Котята и щенята»	«Котята и щенята»
III часть	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	Ходьба в колонне по одном	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы заняти	**1-я неделя 1,2**	**2-я неделя 4,5**	**3-я неделя**	**4-я неделя**
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	диагностика	диагностика

Основные вы движений	1. Ходьба по скамейке (высота – 15см) 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета 2. Прокатывание мяча друг другу 3. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета 4.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и колен 5. Прокатывание мяча друг другу		
П. игры	«Ловишки»	«Пробеги тихо»	«Ловишки»	«Ловишки»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя 7,8**	**2-я неделя 10,11**	**3-я неделя 13,14**	**4-я неделя 16,17**
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С большим мячом	С обручем	С косичкой	Без предметов
Основные вы движений	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Подлезание под шнур прямо и боком 3.Подбрасывание мяча	1. Подлезание под шнур в группировке 2. Ходьба по скамейке на носках. 3. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.	1. Ходьба по скамейке, на середине присесть, пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см) 3. Ходьба по скамейке	1. Бег со средней скоростью. 2. Перешагивание и пролезание под дугу. 3.Бег со средней скоростью. 4.Перепрыгивание через кольца с перешагиванием дугу.

	вверх и ловля его двумя руками 4. Подлезание под дугу прямо и боком 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	4. Прыжки на двух ногах ч/з кегли 5. Подлезание под шнур в группировке.	с перешагиванием ч-з кубики 4. Прыжки на двух ног-ах через скамью	
П. игры	«Огуречик - огуречик»	«У медведя во бору»	«Кот и мыши»	«Резвый мешочек»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя 19,20**	**2-я неделя 22,23**	**3-я неделя 25,26**	**4-я неделя 28,29**
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, выс поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Без предметов	С большим мячом	С кубиками	Парами с палкой
Основные вı движений	1. Пролезание в обруч снизу. 2.Ходьба боком с мешочком на голове 3.Пролезание в обруч прямо. 4.Прокрутка обруча на талии	1.Прыжки через скакалку до кеглей 2.Спрыгивание со скамеек из положения присев.	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнас-тической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между	1.Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди с 4.Лазание по гимн. стенке

			предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	
П. игры	«Кому флажок»	«Летает, не летает»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы **Этапы заняти**	**1-я неделя** **31,32**	**2-я неделя** **34,35**	**3-я неделя** **7,8**	**4-я неделя** **10,11**
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьб полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С обручем
Основные в движений	1. Прыжки со скаме (20см) на мат 2. Ходьба по наклон доске, закрепленной гимнастической стенке 3. Перешагивание ч бруски, справа и слева него 4. Прокатывание мя между предметами.	1. Перебрасывание мячей другу двумя руками вверх и ло после хлопка. 2. Ползание по гимнастичес скамейке на животе, подтягива двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием ч 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастичес стенке с переходом на дру пролет	1. Лазание гимнастической скамье. 2. Ползание по скамье животе.	1. Лазание по гимнастической стенке. 2.Ходьба по скамье с перешагиванием через куби 3.Пропалзывание под скамью 4. Лазание по гимнастической стенке 5.Ходьба боком через кубики.
П. игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Летает, не летает»	«Хитрая лиса»
III часть	«Сделай фигуру».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 13,14**	**2-я неделя 19,20**	**3-я неделя 22,23**	**4-я неделя 25,26**
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С кубиком	С большим мячом	С лентой	С обручем
Основные в движений	1.Ходьба друг за друго куб.на голове по кругу 2. Перешагивание ч кубики. 3. Бег и ходьба между кубиками. 4. Ходьба друг за друг-ом с куб.на голове по кругу 5.Прыжки через кубики 6. Бег и ходьба между кубиками.	1. Перебрасывание мяча д другу. 2.Ходьба с перешагиван через мячи 3. Перебрасывание мяча друг другу. 4. Ходьба с перешагива-нием через мячи с мешочк-ом на голове.	1. Лазание гимнастической стенке переходом на другой про 2.Ходьба по скамье 3. Лазание гимнастической стен-ке с переходом через ряд 4.Ходьба боком по гимн. стенке 5.Прыжки на одной и двух ногах	1.Ходьба по наклонной доске. 2.Перепрыгивание через бруски. 3.Забрасывание мяча в корзину. 4.Бег по наклонной доске. 5.Прыжки через бруски боком. 6.Забрасывание мяча в корзину
П. игры	«Медведи и пчёлы»	«Не оставайся на полу»	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы / Этапы заняти	1-я неделя 28,29	2-я неделя 31,32	3-я неделя 34,35	4-я неделя 1,2
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движе бег боком(правое -левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С палкой	Без предметов на скамье	Без предметов	С малым мячом
Основные вы движений	1. Прыжки в длину с места 2.Отбивание мяча одной рукой 3.Подлезание под дугу, касаясь, пола 4.Прыжки в длину с мес 5.Ползание на четверень 6. Перебрасывание мал мяча в руки.	1. Метание мешочков в цель 2.Подлезание под палку 3.Перешагивание через шну 4. Метание мешочков в цель 5.Поозание по гимнаст скам 6.Ходьба на носках ме кеглями	1. Влезание на гимн. стен 2.Ходьба по гимн. скамье 3.Прыжки с ноги на ногу 4.Влезание на гимн. стен 5.Ходьба по гимн. скамье 6.Прыжки с ноги на н между предметами 7.Подбрасывание и ло мяча	1.Ходьба по канату боком приставн. шагом. 2.Прыжки из обруча в обруч 3.Перебрасывание мяча друг другу 4. Ходьба по канату боком приставн. шагом мешочком на голове 5.Перебрасывание мяча с отскоком от пола
П. игры	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»	«Гуси-лебеди»	«Петя Петушок»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя 4,5**	**2-я неделя 7,8**	**3-я неделя 10,11**	**4-я неделя 13,14**
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу пово в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			

ОРУ	Без предметов	С обручем	Без предмета	Без предмета
Основные вı движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя рука и с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунс в сочетании с перебежка	1. Ползание по скамье по медвежьи 2. Ходьба по скамье боком 3. Прыжки боком 4. Ползание по скамье по медвежьи 5. Ходьба по скамье боком 6.Прыжки из обруча в обруч	1. Ходьба по ограниченнс поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Прыжки через шнур две ноги в середине одна 3 Ходьба по ограниченно поверхности боком, с хлопками перед собой 4. Прыжки через шнур на одной ноге.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставны шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Метание в вертикальную цель
П. игры	«Карусели»	«Ловишки»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя 16,17**	**2-я неделя 19,20**	**3-я неделя 22,23**	**4-я неделя 25,26**
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	С лентой	С мячом	С кубиками	С обручем
Основные вı движений	1. Прыжки через короткую ленту на месте 2.Прокатывание обруча	1. Броски мяча в корзину 2. Прыжки с мячом между коленями	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочкоı голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его

	друг другу 3.Пролезание в обруч 4. Прыжки через коротку ю ленту на месте 5. Прокатывание обруча друг другу 6. Пролезание в обруч	3.Броски мяча в корзину 4.Перепрыгивание через мячи	3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
П. игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАЙ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя 28,29**	**4-я неделя 31,32**
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	диагностика	диагностика	Без предметов	Со скакалками
Основные виды движений			1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед

П. игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя 1,2**	**2-я неделя 4,5**	**3-я неделя диагностика**	**4-я неделя диагностика**
Вводная част	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	С малым мячом	С флажками		
Основные в движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке перешагиванием (боком приставным шагом) 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы)	1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах. 3 Лазанье под шнур, не касаясь, пола. 4. Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета.		

		5.Прыжки на двух ногах между предметами.		
П. игры	«Удочка»	«Не оставайся на полу»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 7,8**	**2-я неделя 10,11**	**3-я неделя 13,14**	**4-я неделя 16,17**
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу пово в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С мячом	С палкой гимнастической.	Без предметов	С обручем
Основные вы движений	1.Подбрасывание одной и ловля другой. 2.Ползание по гимнастич. скамье на животе. 3.Ходьба по гимнастич. скамье с поворотом. 4. Подбрасывание одной и ловля другой. 5. Ползание по гимнаст. скамейке на ладонях и коленях.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2.Ходьба по скамейке, на середине порот, хлопнут ладоши сидя. 3.Прыжки из обруча в обруч 4.Лазанье в обруч правым и левым боком. 5.Ходьба боком через набивные мячи 6.Прыжки через шнуры, на левой и правой ноге.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3 Ведение мяча между кеглями 4. Ходьба по скамейке бо 5.Ходьба с мешочком на голове	1.Прыжки вверх на мат. 2.Отбивание мяча одной рукой. 3.Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении. 4.Прыжки с высоты 40см на мат. 5. Отбивание мяча одной рукой с забрасыванием в кольцо. 6.Лазанье в обруч.
П. игры	«Удочка»	«Не попадись»	«Перелёт птиц»	«Не оставайся на полу»

III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занят	**1-я неделя 19,20**	**2-я неделя 22,23**	**3-я неделя 25,26**	**4-я неделя 28,29**
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой сигнал			
ОРУ	Без предметов на скамье	С мячом	Без предметов	С косичкой
Основные вы движений	1. Прыжки прямо, зажав мяч. 2.Прокатывание мяча под дугу. 3. Прыжки между кеглями, зажав мяч. 4.Ползание на четвереньках, подтал-кивая головой набивной мяч 4. Ходьба по скамье.	1. Ползание на четвере-ньках, подталкивая головой набивной мяч 2. Прыжки на одной ноге между предметами. 3.Ходьба по скамье с хлопк-ами 4. «Проползи не урони» 5. Прыжки на на двух ногах между предметами. 6. Ходьба по скамье с предметом на голове.	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастичес скамейке с приседанием 3Метание набивного мяча вдаль 4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на живот подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей.
П. игры	«Удочка»	«Удочка»	«Воробьи-вороны»	«Хитрая лиса»

III часть	Ходьба в колонне по одному

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занят	**1-я неделя 1,2**	**2-я неделя 4,5**	**3-я неделя 7,8**	**4-я неделя 10,11**
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	Без предметов
Основные вы движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастическо стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Подбрасывание одной и ловля другой. 2. Ползание на четвереньках, между предметами. 3.Перебрасывание мяча-друг другу. 4. Ползание на четвереньках, между предметами. 5.Прыжки со скамьи на мат	1. Ползание по гимнаст. скамейке на ладонях и коленях. 2.Ходьба по гимнаст. стенке в сторону 3.Ходьба боком по скамье 4. Ползание по гимнаст. скамейке с хватом с боков 5.Лазанье по стенке
П. игры	«Хитрая лиса»	«Эхо»	«Воробьи - вороны»	«Хитрая лиса»
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 13,14**	**2-я неделя 16,17**	**3-я неделя 19,20**	**4-я неделя 22,23**
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнен заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С кубиком	С малым мячом	С косичкой
Основные в движений	1.Ходьба с перешагиванием перепрыгиванием палок 2. Ходьба по гимн. скамье 3. Ходьба с перешагивани-ем и перепрыгиванием палок 4. Ходьба по гимн. скамье руки за головой 5.Ходьба по кругу с палкой	1. Прыжок в длину с места 2. «Ласточка» 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Прыжок в длину с места 5. «Мост» 6.Катание мяча в ворота сидя на полу	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ходьба по рейке скамьи 4. Подбрасывание мяча друг Другу 5. Лазанье под шнур 6.Ходьба боком по рейке скамьи	1. Ходьба по двум скам. парами 2. Ползание на четвереньках по скамье 3.Прыжок через скакалку 4.Ползание на четвереньках между предметами 5. Ходьба по рейке скамьи руки за головой 6.Прыжок на мат со скамьи
П. игры	«День и ночь»	«Жмурки»	Эстафета с мячами	«Паук и мухи»
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя 25,26**	**2-я неделя 28,29**	**3-я неделя 31,32**	**4-я неделя 34,35**
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движе бег боком (правое -левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С обручем	С палкой	Без предмета	С большим мячом
Основные вы движений	1. Ходьба по скамейке с перешагиванием через мячи 2. Бросок мяча в корзину 3. Прыжки через шнуры 4.Ходьба по рейке скамьи приставляя пятку к носку 5.Прыжок вперёд между предметами	1.Подскоки попеременно 2.Переброс мяча друг другу 3.Лазанье под дугу 4.Прыжки на двух ногах между предметами 5.Ползание между предметами на коленях и ладонях 6.Переброс мяча в парах	1. Лазанье на гимнастич. стенку, переходом на один 2.Ходьба парами по двум скамь-ям 3.Метание мешочков в вертик. цель 4. Лазанье на гимнастич. стенку, переходом на один 5.Ходьба по скамье с перешагив через кубики 6.Метание мешочков в горизонт цель	1. Ползание между предметами на коленях и ладонях 2. Ходьба по скамье с хлопками 3.Прыжок из обруча в обруч 4.Лазанье на гимн. стенку. 5.Ходьба по скамье с мешочком на голове 6. «Передал – садись»
П. игры	«Жмурки»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы занятий	**1-я неделя** **1,2**	**2-я неделя** **4,5**	**3-я неделя** **7,8**	**4-я неделя** **10,11**
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу пово в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поднимани-ем прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положе-ний 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической ска-мейке приставным шагом с хлоп-ками за спиной 2 Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
П. игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя 13,14**	**2-я неделя 16,17**	**3-я неделя 19,20**	**4-я неделя 22,23**
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками
Основные вы движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком 5. Прыжки на двух ногах через скакалку	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4.Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
П. игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками
III часть	Ходьба в колонне по одному			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАЙ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы / Этапы заняти	**1-я неделя диагностика**	**2-я неделя диагностика**	**3-я неделя 25,26**	**4-я неделя 28,29**
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Основные вı движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг друı во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одн-ой ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамей-ку с продвижением вперед 4.Лазание по гимнастической стенке
П. игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»
III часть	Ходьба в колонне по одному			

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ДОУ

На основе годового календарного ученого графика МБОУ «Гимназия №1»ОП "Дошкольное" определено количество часов отведенных на НОД:

18 часов -1 младшая группа.

27 часов -2 младшая группа.

36 часов - средняя группа.

45 часов - старшая группа.

54 часа – подготовительная к школе группа

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытье рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
3.	ходьба босиком	Все группы ежедневно

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ДОУ

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытье рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
3.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
4.	сухое обтирание	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
5.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
	Профилактические мероприятия	
1.	витаминотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминизация 3-х блюд	ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно

5.	чесночные бусы	по эпидпоказаниям
	Медицинские	
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
	Физкультурно- оздоровительные	
1.	коррегирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
8.	динамические паузы	ежедневно
9.	релаксация	2-3 раза в неделю
10.	музыкотерапия	ежедневно
	Образовательные	
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2.	Образовательная деятельность из серии «ОЗОЖ»	Дошкольные группы согласно учебного плана

Наосновегодовогокалендарного ученого графика МБОУ «Гимназия №1»ОП "Дошкольное" определено количество часов отведенных на НОД:

18 часов -1 младшая группа.

27 часов -2 младшая группа.
36 часов - средняя группа.
45 часов - старшая группа.
54 часа – подготовительная к школе группа

Особенности организации образовательного процесса **(**климатические, демографические, национально - культурные и другие):
Образовательный процесс осуществляется с учетом:
- национально-культурных традиций;
- регионально-климатических особенностей;
- демографических особенностей;
- материально-технической оснащенности МБОУ;
- предметно-развивающей среды.

Обучение и воспитание в МБОУ «Гимназия №1» ОП "Дошкольное" осуществляется на русском языке.

Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»:

Содержание психолого-педагогической работы базируется на следующих *принципах*:
- соответствие принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетание принципов научной обоснованности и практической применимости;
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности.

Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание,	3-5 лет, 2 мл, средняя	НОД по физическому воспитанию:	***Утренний отрезок времени*** Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика:	Игра Игровое упражнение

метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения. 2.Общеразвивающие упражнения 3.Подвижные игры 4.Спортивные упражнения 5.Активный отдых	группы	- сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее В НОД по физическому воспитанию: -тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами -подражательный комплекс Физ.минутки Динамические паузы Обучающие игры	-классическая -сюжетно-игровая -тематическая -полоса препятствий Подражательные движения ***Прогулка*** Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения ***Вечерний отрезок времени, включая прогулку*** Гимнастика после дневного сна: - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.) Дидактические игры, чтение	Подражательные движения

6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ		по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения	художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал	Сюжетно-ролевые игры
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения. 2.Общеразвивающие упражнения	5-7 лет, старшая и подгот. к школе группы	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества) В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические	***Утренний отрезок времени*** Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения ***Прогулка*** Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход (подгот. гр.) ***Вечерний отрезок времени, включая прогулку*** Гимнастика после дневного сна -оздоровительная	Игровые упражнения Подражательные движения

3.Подвижные игры 4.Спортивные упражнения 5.Спортивные игры 6.Активный отдых 7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ		паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья	-коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.	Дидактические, сюжетно-ролевые игры

Тематические блоки:

1. Легкая атлетика (бег, бросание, метание, прыжки);
2. Гимнастика (группировки, перекаты, кувырки, акробатические упражнения, упражнения на равновесие, лазанье по канату);
3. Спортивные игры (футбол, баскетбол, «мяч через сетку);
4. Лыжная подготовка (катание с горы и на санках, зимние забавы).

Программный материал предусматривает 2 ООД в неделю в спортивном зале и одно занятие на улице в игровой форме, как закрепление. Блок лыжная подготовка предусматривает проведение ООД 1 раз в неделю на

улице.

Структура НОД:

Перед началом каждой темы (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Формы организации образовательной области «Физическое развитие»:

Занятие тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на I0 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д)

Принципы организации ООД:

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора).

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция;
- слушание музыкальных произведений.

Практические:
- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Материально-технические (пространственные) условия организации физической культуры детей:

- Уголок для двигательной активности ребенка;
- Информационная папка;
- Уголок нетрадиционного физического оборудования;
- Физкультурный зал;
- Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием, участки детского сада, оснащенные спортивным оборудование

Перечень оборудования и спортивного инвентаря в спортзале и на спортивных площадках.

№	Предметы	Размер	Кол-во
1. 2. 3.	Флажки цветные Платочки цветные Ленты цветные	15*20 20*20 длина 100	30 30 12

4.	Кегли или булавы	высота 31	6
		высота 26	30
		высота 23	18
5.	Обручи	диаметр 95	4
		диаметр 84	2
		диаметр 80	30
		диаметр 68	3
		диаметр 60	6
6.	Кубики деревянные	20*20*20	9
7.		16*16*16	4
	Кубики пластмассовые	8*8*8	25
		3*3*3	100
8.	Цилиндры пластмассовые	диаметр 8*5	5
9.	Городки (набор)	-	4
10.	Кольцебросы вертикальные	-	2
11.	Мячи резиновые	диаметр 5-7	5
		диаметр 20-25	20
12.	Мячи пластмассовые	диаметр 5-7	100
13.	Мячи для фитбола	-	4
14.	Скакалки	-	26
15.	Дорожки массажные	-	4
16.	Мешочки с песком	15*15 (200 г)	6
17.	Корзина для метания	80*35*40	2
		60*60*30	1
		диаметр 60*50	1
18.	Корзина для инвентаря	50*30*20	3
		40*30*20	4
		40*30*10	1
19.	Погремушки	-	10
20.	Дуги	высота 42*55	2
		высота 55*55	2

21.	Палки круглые	длина 100	6
		длина 75	30
		длина 72	19
22.	Стойка для гимн. палок	85*55*25	1
23.	Стойка для метания в цель (верт.)	высота 150	1
24.	Кольца деревянные	диаметр 25	4
25.	Кольца пластмассовые	диаметр 13	31
26.	Бруски деревянные	63*8*8	6
27.	Доска массажная деревянная	150*17	4
28.	Гимнастическая скамья	длина 3 м	
		высота 35 см	1
		длина 2,5 см	
		высота 30 см	2
		длина 2 м	
		высота 25	1
29.	Набор мягкого модуля		
	"Строитель"	-	1
30.	Набор мягкого модуля "Пирамида"	-	1
31.	Игровой набор "Кузнечик"	-	1
32.	Конусы пластмассовые	высота 40	30
33.	Мат гимнастический	150*150	2
34.	Канат	длина 5 м	1
		длина 4 м	1
		длина 2,2 м	1
		длина 1,6 м	1
35.	Гантели пластмассовые	длина 15 см	10
36.	Набор "Боулинг"	-	4
	Инвентарь для спортивных игр		
37.	Клюшки хоккейные	-	2
38.	Лыжи пластмассовые (укороченные)	-	2
39.	Ракетки баскетбольные	-	7
40.	Волан	-	5

41.	Шарики теннисные	-	10
42.	Сетка волейбольная	-	1
43.	Мяч футбольный	-	1
44.	Мяч волейбольный	-	1
45.	Стенка гимнастическая	высота 2,5 м ширина 3 м (3 пролета)	1
46.	Гимнастическая лестница	-	1
47.	Наклонная доска	-	1
48.	Тренажеры для стоп (нестандартное оборудование):		
	-бруски деревянные	диаметр 5 см	10
		диаметр 0,15 см	15
	-бруски пластмассовые	диаметр 4 см	25
49.	Атрибутика для подвижных игр:		
	-шапочки-маски животных	-	10
	-веревочки	длина 30 см	20
	-кружки	диаметр 17 см	9
	-ленточки цветные	длина 30 см	20
	-игровой набор "Рыбалка"	-	1
50.	Бубен	-	1
51.	Пианино	-	1
52.	Магнитофон	-	1
53.	Аудиотека	USB	1
54.	Ковер	-	1
55.	Полки для оборудования	5 м*12 м	1
56.	Стенд информационный	1*1,2*0,3	2
57.	Таз пластмассовый	1,5*0,6	1
58.	Ведро пластмассовое	-	2
59.	Гирлянда из флажков	-	1
60.	**Спортивная площадка №1:**	15 м	1

	(грунтовое покрытие)		
	Спортивная площадка №2:		
61.	(грунтовое покрытие)	-	2
62.	Ворота футбольные	-	1
63.	Стойки для сетки	-	1
64.	(для игры в "Волейбол")	-	2
65.	Гимнастические скамья	-	1
66.	Щит с баскетбольным кольцом		
67.	Шведская лестница		
68.	Метал. конструкция для пролезания		
69.	Турник	-	2
70.	Канат	-	2
71.	Веревочная лестница	-	1

Технические средства обучения:

*Магнитофон;
*CD и аудио материал.

Наглядно-образный материал:

*Иллюстрации и репродукции (великих спортсменов, виды спорта);
*Игровые атрибуты для подвижных игр.

3.2. Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми.

Характерные особенности:

1) смена педагогического воздействия на педагогическое взаимодействие; изменение направленности педагогического «вектора» — не только от взрослого к ребенку, но и от ребенка к взрослому;

2) основной доминантой является выявление личностных особенностей каждого ребенка как индивидуального субъекта познания и других видов деятельности;
3) содержание образования не должно представлять собой только лишь набор социокультурных образцов в виде правил, приемов действия, поведения, оно должно включая содержание субъектного опыта ребенка как опыта его индивидуальной жизнедеятельности, без чего содержание образования становится обезличенным, формальным, невостребованным.

Характерные черты личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми:

- создание педагогом условий для максимального влияния образовательного процесса на развитие индивидуальности ребенка (актуализация субъектного опыта детей;
- оказание помощи в поиске и обретении своего индивидуального стиля и темпа деятельности, раскрытии и развитии индивидуальных познавательных процессов и интересов;
- содействие ребенку в формировании положительной Я-концепции, развитии творческих способностей, овладении умениями и навыками самопознания).

Интегрированные свойства личности педагога, которые в основном определяют успешность в личностно-ориентированном взаимодействии:

1) *Социально-педагогическая ориентация* — осознание педагогом необходимости отстаивания интересов, прав и свобод ребенка на всех уровнях педагогической деятельности.
2) *Рефлексивные способности,* которые помогут педагог остановиться, оглянуться, осмыслить то, что он делает: «Не навредить!»
3) *Методологическая культура* — система знаний и способов деятельности, позволяющих грамотно, осознанно выстраивать свою деятельность в условиях выбора образовательных альтернатив; одним из важных элементов этой культуры является умение педагога мотивировать деятельность своих воспитанников.

Составляющие педагогической технологии:

- Построение субъект-субъектного взаимодействия педагога с детьми, которое требует от педагога высокого профессионального мастерства, развитой педагогической рефлексий способности конструировать педагогический процесс на основе педагогической диагностики.
- Построение педагогического процесса на основе педагогической диагностики, которая представляет собой набор специально разработанных информативных методик и тестовых заданий, позволяющих воспитателю в повседневной

жизни детского сада диагностировать реальный уровень развития ребенка, находить пути помощи ребенку в его развитии (задания направлены на выявление успешности освоения содержания различных разделов программы, на определение уровня владения ребенком позиции субъекта, на возможность отслеживания основных параметров эмоционального благополучия ребенка в группе сверстников, на выявление успешности формирования отдельных сторон социальной компетентности (экологическая воспитанность, ориентировка в предметном мире и др).

- Осуществление индивидуально-дифференцированного подхода, при котором воспитатель дифференцирует группу на типологические подгруппы, объединяющие детей с общей социальной ситуацией развития, и конструирует педагогическое воздействие в подгруппах путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций (цель индивидуально-дифференцированного подхода — помочь ребенку максимально реализовать свой личностный потенциал, освоить доступный возрасту социальный опыт; в старших группах конструирование педагогического процесса требует дифференциации его содержания в зависимости от половых интересов и склонностей детей).
- Творческое конструирование воспитателем разнообразных образовательных ситуаций (игровых, практических, театрализованных и т.д.), позволяющих воспитывать гуманное отношение к живому, развивать любознательность, познавательные, сенсорные, речевые, творческие способности. Наполнение повседневной жизни группы интересными делами, проблемами, идеями, включение каждого ребенка в содержательную деятельность, способствующую реализации детских интересов и жизненной активности.
- Нахождение способа педагогического воздействия для того, чтобы поставить ребенка в позицию активного субъекта детской деятельности (использование игровых ситуаций, требующих оказание помощи любому персонажу, использование дидактических игр, моделирования, использование в старшем дошкольном возрасте занятий по интере-сам, которые не являются обязательными, а предполагают объединение взрослых и детей на основе свободного детского выбора, строятся по законам творческой деятельности, сотрудничества, сотворчества).
- Создание комфортных условий, исключающих «дидактический синдром», заорганизованность, излишнюю регламентацию, при этом важны атмосфера доверия, сотрудничества, сопереживания, гуманистическая система взаимодействия взрослых и детей во взаимоувлекательной деятельности (этим обусловлен отказ от традиционных занятий по образцу, ориентированных на репродуктивную детскую деятельность, формирование навыков).
- Предоставление ребенку свободы выбора, приобретение индивидуального стиля деятельности (для этого используются методика обобщенных способов создания поделок из разных материалов, а также опорные схемы, модели, пооперационные карты, простейшие чертежи, детям предоставляется широкий выбор материалов, инструментов).
- Сотрудничество педагогического коллектива детского сада с родителями (выделяются три ступени взаимодействия: создание общей установки на совместное решение задач воспитания; разработка общей стратегии сотрудничества; реализация единого согласованного индивидуального подхода к ребенку с целью максимального развития его личностного потенциала).

- Организация материальной развивающей среды, состоящей из ряда центров (сенсорный центр, центр математики, центр сюжетной игры, центр строительства, центр искусства и др.), которая способствовала бы организации содержательной деятельности детей и соответствовала бы ряду показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в группе развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей (включенность всех детей в активную самостоятельную деятельность; низкий уровень шума в группе; низкая конфликтность между детьми; выраженная продуктивность самостоятельной деятельности детей; положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость).
- Интеграция образовательного содержания программы.

3.3. Технологии проектной деятельности.

Этапа в развитии проектной деятельности:

1) *Подражательско-исполнительский,* реализация которого возможна с детьми трех с половиной — пяти лет. На этом этапе дети участвуют в проекте «из вторых ролях», выполняют действия по прямому предложению взрослого или путем подражания ему, что не противоречит природе маленького ребенка: в этом возрасте еще силья*[1] как потребность установить и сохранить положительное отношение к взрослому, так и подражательность.
2) *Общеразвивающий* он характерен для детей пяти-шести лет, которые уже имеют опыт разнообразной совместной деятельности, могут согласовывать действия, оказывать друг другу помощь. Ребенок уже реже обращается ко взрослому с просьбами, активнее организует совместную деятельность со сверстниками. У детей развиваются самоконтроль и самооценка, они способны достаточно объективно оценивать как собственные поступки так и поступки сверстников. В этом возрасте дети принимают проблему, уточняют цель, способны выбрать необходимые средства для достижения результата деятельности. Они не только проявляют готовность участвовать в проектах, предложенных взрослым, но и самостоятельно находят проблемы, являющиеся отправной точкой творческих, исследовательских, опытно-ориентировочных проектов.
3) Т*ворческий,* он характерен для детей шести-семи лет. Взрослому очень важно на этом этапе развивать и поддерживать творческую активность детей, создавать условия для самостоятельного определения детьми цели и содержания предстоящей деятельности, выбора способов работы над проектом и возможности организовать ее последовательность.

Алгоритм деятельности педагога:

- педагог ставит перед собой цель, исходя из потребностей и интересов детей;
- вовлекает дошкольников в решение проблемы
- намечает план движения к цели (поддерживает интерес детей и родителей);
- обсуждает план с семьями;

- обращается за рекомендациями к специалистам ДОУ;
- вместе с детьми и родителями составляет план-схему проведения проекта;
- собирает информацию, материал;
- проводит занятия, игры, наблюдения, поездки (мероприятия основной части проекта);
- дает домашние задания родителям и детям;
- поощряет самостоятельные творческие работы детей и родителей (поиск материалов, информации, изготовлении поделок, рисунков, альбомов и т.п.);
- организует презентацию проекта (праздник, открытое занятие, акция, КВН), составляет книгу, альбом совместный с детьми;
- подводит итоги (выступает на педсовете, обобщает опыт работы).

3.4.Технологии исследовательской деятельности.

Этапы становления исследовательской деятельности:

- ориентировка (выделение предметной области осуществления исследования);
- проблематизация (определение способов и средств проведения исследования);
- планирование (формулировка последовательных задач исследования, распределение последовательности действий для осуществления исследовательского поиска);
- эмпирия (сбор эмпирического материала, постановка и проведение исследования, первичная систематизация полученных данных);
- анализ (обобщение, сравнение, анализ, интерпретация данных);

Алгоритм действий:

1) Выявление проблемы, которую можно исследовать и которую хотелось бы разрешить (в переводе с древнегреческого слово problems означает «задача», «преграда», «трудность»). Главное качество любого исследователя — уметь отыскать что-то необычное в обычном, увидеть сложности и противоречия там, где другим все кажется привычным, ясным и простым. Настоящему исследователю надо уметь задавать себе вопросы и находить неожиданное, удивительное в самом простом и привычном.
2) Выбор темы исследования. Выбирая тему, следует иметь в виду, что можно провести исследование, а можно заняться проектированием. Принципиальное отличие исследования от проектирования состоит в том, что исследование — процесс бескорыстного поиска неизвестного, новых знаний (человек стремится к знанию,

часто не зная, что принесет ему сделанное открытие и как можно будет на практике использовать полученные сведения), а проект — это всегда решение какой-то практической задачи (человек, реализую-, щий проект, решает реальную проблему).

3) Определение цели исследования (нахождение ответа на вопрос о том, зачем проводится исследование). Примерные формулировки целей исследования обычно начинаются со слов «выявить», «изучить», «определить». Примерные формулировки целей проектов обычно начинаются словами «разработать», «создать», «выполнить».
4) Определение задач исследования (основных шагов направления исследования). Некоторые ученые убеждены, что формулировать цель и задачи собственного исследования до того, как оно завершено, не только бесполезно, но даже вредно и опасно. Ясная формулировка делает предсказуемым процесс и лишает его черт творческого поиска, а исследователя — права импровизировать.
5) Выдвижение гипотезы (предположения, догадки, недоказанной логически и не подтвержденной опытом). Гипотеза — это попытка предвидения событий. Важно научиться вырабатывать гипотезы по принципу «Чем больше, тем лучше» (гипотезы дают возможность увидеть проблему в другом свете, посмотреть на ситуацию с другой стороны).
6) Составление предварительного плана исследования. Для того чтобы составить план исследования, надо ответить на вопрос «Как мы можем узнать что-то новое о том, что исследуем?». Список возможных путей и методов исследования в данном случае: подумать самому; прочитать книги о том, что исследуешь; посмотреть видеофильмы по этой проблеме; обратиться к компьютеру; спросить у других людей; понаблюдать; провести эксперимент.
7) Провести эксперимент (опыт), наблюдение, проверить гипотезы, сделать выводы.
8) Указать пути дальнейшего изучения проблемы. Для настоящего творца завершение одной работы – это не просто окончание исследования, а начало решения следующей.

Принципы исследовательского обучения

- ориентации на познавательные интересы детей (исследование — процесс творческий, творчество невозможно навязать извне, оно рождается только на основе внутренней потребности, в данном случае на потребности в познании);
- опоры на развитие умнений самостоятельного поиска информации;
- сочетания репродуктивных и продуктивных методов обучения (психология усвоения свидетельствует о том, что легко и непроизвольно усваивается тот материал, который включен в активную работу мышления);
- формирования представлений об исследовании как стиле жизни.

Пути создания проблемных ситуаций, личностно значимых для ребенка:

- преднамеренное столкновение жизненных представлений детей с научными фактами, объяснить которые они не могут- не хватает знаний, жизненного опыта;
- преднамеренное побуждение детей к решению новых задач старыми способами;
- побуждение детей выдвигать гипотезы, делать предварительные выводы и обобщения (противоречие — ядро проблемной ситуации — в данном случае возникает в результате столкновения различных мнений, выдвинутого предположения и результатов его опытной проверки в процессе диалога

Методические приемы:

- подведение детей к противоречию и предложение самостоятельно найти способ его разрешения; ***У*** изложение различных точек зрения на один и тот же вопрос;
- предложение детям рассмотреть явление с различных позиций;
- побуждение детей к сравнению, обобщению, выводам из ситуации, сопоставлению фактов;
- постановка конкретных вопросов на обобщение, обоснование, конкретизацию, логику, рассуждения;
- постановка проблемных задач (например, с недостаточными или избыточными исходными данными, неопределенностью в постановке вопроса, противоречивыми данными, заведомо допущенными ошибками, ограниченным временем решения и т.д.)

Условия исследовательской деятельности:

- использование различных приемов воздействия на эмоционально-волевую сферу дошкольника (заботясь о том, чтобы в процессе познания нового материала он испытывал чувство радости, удовольствия, удовлетворения)
- создание проблемных ситуаций, вызывающих у детей удивление, недоумение, восхищение;
- четкая формулировка проблемы, обнажающей противоречия в сознании ребенка;
- выдвижение гипотезы и обучение этому умению детей, принимая любые их предложения;
- развитие способности к прогнозированию и предвосхищению решений;
- обучение детей обобщенным приемам умственной деятельности — умению выделять главное, сравнивать, делать выводы, классифицировать, знакомить с различными научными методами исследования;
- создание атмосферы свободного обсуждения, побуждение детей к диалогу, сотрудничеству;
- побуждение к самостоятельной постановке вопросов, обнаружению противоречий;
- подведение детей к самостоятельным выводам и обобщениям, поощрение оригинальных решений, умений делать выбор;
- знакомство с жизнью и деятельностью выдающихся ученых, с историей великих открытий.

3.5. Информационно - коммуникативные технологии.

С использованием мультимедийных презентации, клипов, видеофильмов, которые дают возможность педагогу выстроить объяснение с использованием видеофрагментов.

Основные требования при проведении занятий с использованием компьютеров:

- образовательная деятельность должна быть четко организована и включать многократное переключение внимания детей на другой вид деятельности;
- на образовательной деятельности дети должны не просто получить какую-то информацию, а выработать определенный навык работы с ней или получить конечный продукт (продукт должен быть получен за одно занятие, без переноса части работы, так как у детей происходит ослабление мотивации в процессе длительной работы);
- на образовательной деятельности не рекомендуется использовать презентации и видеоматериалы, пропагандирующие применение физической силы к персонажам, программный продукт, с одной стороны, должен критически реагировать на неправильные действия ребенка, а с другой — реакция не должна быть очень острой;
- перед образовательной деятельностью должна быть проведена специализированная подготовка — социально-ориентированная мотивация действий ребенка.

3.6. ПОДГОТОВКА РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) К СОПРОВОЖДЕНИЮ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНИКА В РАМКАХ ЕГО ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ РАЗВИТИЯ

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Общими требованиями к подготовке родителей к сопровождению ребёнка-дошкольника в рамках его траектории развития при реализации примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования являются:

- наличие у родителей основной общеобразовательной программы;

- информирование родителей о соответствии развития ребенка задачам, поставленным в основной общеобразовательной программе по следующим линиям развития:

- здоровье и физическое развитие;
- познавательно-речевое развитие;

- социально-личностное развитие;
- художественно – эстетическое;

-информирование родителей о результатах освоения примерной основной общеобразовательной программы, полученных при проведении психолого-педагогической диагностики, которые сообщаются родителям в процессе индивидуального общения (в сентябре, январе и мае).

- проведение коллективами ДО систематической работы, направленной на информирование родителей о результатах освоения детьми примерной основной общеобразовательной программы на основе следующих системообразующих принципов.

✓ Персонализации получаемой информации. При реализации примерной основной общеобразовательной программы важно иметь достоверную информацию о потенциальных возможностях и реальных достижениях каждого конкретного ребенка в соответствии с его возрастными особенностями. Целостность и комплексность информации. Информация должна охватывать все четыре направления развития ребенка (здоровье и физическое, познавательно-речевое, социально-личностное, художественно -эстетическое). Получаемая информация должна интегрироваться в целостный информационный комплекс представлений о конкретном ребенке.

✓ Непрерывность и динамичность информации. Воспитательно-образовательный процесс, направленный на реализацию инвариантной части примерной основной общеобразовательной программы по своему характеру является непрерывным и динамичным. Реальное отражение этого процесса предполагает соответствующий характер информации.

✓ Релевантность информации *(англ.* relevant - относящийся к делу). Увеличение количества информации не всегда повышает качество решения. Релевантная информация - это данные, касающиеся только конкретной проблемы, человека, цели, периода времени.

✓ Релевантная информация - основа решения, поэтому важно добиться ее максимальной точности и соответствия проблеме.

✓ Смысловая однозначность информации. Исключение из информации двусмысленных слов или утверждений.

✓ Адекватность информации. Информация должна адекватно отражать заданные свойства объекта изучения (признаки, связи, измерения).

✓ Корпоративная паритетность информации. Это специфический результат взаимного обмена сведениями между источниками информации и создание информационного пространство, а сама информация выступает как информационное поле.

Передача информации реализуется при непосредственном контакте педагога с родителем или использовании дополнительных средств коммуникации (телефон, Интернет и др.).

Перспективным направлением в области расширения коммуникативных возможностей является Интернет, индивидуальное консультирование родителей в режиме он-лайн или по электронной почте.

Чтобы не создавать условий для сравнения, нужно, чтобы родители имели индивидуальный доступ на сайт и таким образом располагали информацией только о своем ребенке. По желанию и личной инициативе родителей, дошкольное образовательное учреждение в электронном виде предоставляет на сайт информацию, например, сведения о физической подготовленности ребенка и др.,

Рассмотрим, формы информационного взаимодействия ДО с родителями по основным линиям развития ребенка.

Здоровье и физическое развитие

1. Предоставление в распоряжение родителей программы, ознакомление родителей с критериями оценки здоровья детей с целью обеспечение смысловой однозначности информации.

2. Персонализация передачи информации о здоровье каждого ребенка, реализуемой разнообразными средствами («Паспорт здоровья ребенка», «Дневник достижений» и др.)

3. Проведение «Дня здоровья» и физкультурных праздников с родителями.

4. Создание специальных стендов.

Информацию, которую педагоги транслируют родителям можно разделить на общую (т.е. предназначенную коллективу родителей в целом) и индивидуальную (касающуюся родителей каждого конкретного ребенка). Общая включает в себя информацию о режиме работы дошкольного учреждения, планируемых мероприятиях, содержании нормативно-правовых, программно-методических материалов и др. Индивидуальная представляет собой данные, полученные педагогами в результате обследования ребенка в соответствии с требованиями, сформулированными в части основной общеобразовательной программы, и является конфиденциальной.

Передача информации производится в знаковой (символьной и графической), аудиовизуальной и устной словесной форме. В качестве дополнительного способа передачи информации следует выделить сеть Интернет (или аналогичные глобальные сети) как синтез чисто вербальной (письменной) коммуникации с внесловесной (многочисленные баннеры и рекламки гипертекстов), а также визуальной и аудиальной.

Знаковыми видами коммуникаций, относящимися к коллективу родителей в целом, являются:

- единый и групповой стенды;
- самиздатовская печатная продукция (газеты, журналы, книги, календари и пр.);
- плакаты различной тематики (противопожарная, санитарная, гигиеническая, психолого - педагогическая и др.);
- папки, листовки, памятки, буклеты, бюллетени;
- стеллажи для демонстрации детских работ по лепке и небольших конструкций;
- баннеры;

К знаковым видам коммуникаций, обеспечивающими индивидуальное взаимодействие с родителями каждого ребенка являются:

- паспорт здоровья;
- дневник достижений;
- специальные тетради с печатной основой;

- портфолио;

Аудиовизуальные способы передачи информации могут быть представлены в следующих формах;

- просмотр видео- и прослушивание аудиоматериалов связанных с познавательно - речевым развитием детей;
- документальные видеофильмы с записью занятий, праздников и других воспитательно - образовательных мероприятий;
- радиотрансляция;
- учебные видеофильмы;

В устной словесной форме передача информации коллективу родителей в целом осуществляется:

- на родительских собраниях, встречах, «круглых столах» и пр.;
- при проведении открытых занятий и совместных праздников;

В устной словесной форме индивидуальное взаимодействие с родителями каждого ребенка осуществляется:

- при ежедневных непосредственных контактах педагогов с родителями;
- при проведении неформальных бесед о детях или запланированных встреч с родителями;
- при общении по телефону;

Для глобальных сетей следует обозначить такое бесспорное специфическое их качество, как оперативность, то есть сообщение участников событий или диалогов друг с другом в режиме реального времени. Тем самым достигается не только расширение коммуникативного пространства, о котором мы говорили, но и резкое (абсолютное) сокращение предкоммуникативного времени (времени, необходимого для установления контакта коммуникации его субъектов с реципиентами).

Одним из направлений, связанных с включением родителей в общий с дошкольным образовательным учреждением образовательный процесс, заключается в использовании *технологии «Детский календарь».* Технология заключается в том, что родителям предлагается специальное печатное издание, предназначенное для занятий с ребенком в условиях семейного

воспитания под названием «Детский календарь». Содержание «Детского календаря» связано с содержанием образовательной работы в детском саду, что позволяет осуществлять взаимоконтроль педагогам и родителям. В отличии от традиционных материалов «Детский календарь» имеет ряд специфических особенностей:

1) использование для занятий с ребенком не требует специальных знаний от взрослого.

2) использование в условиях семейного воспитания требует минимум специальных дополнительных материалов и не требуется предварительная подготовка

3) регулярность использования;

4) индивидуализация интересов;

5) реализация всех культурных практик: игры (сюжетной и с правилами), продуктивной и познавательно-исследовательской деятельности и чтению художественной литературы.

IV. Разработки методических и педагогических консультаций: **Дополнительный раздел (краткая презентация Программы)**

1. Содержание Рабочей Программы определяется программами:

Программа построена на основе следующих принципов:

1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Учреждения и детей;

3) уважение личности ребенка;

4) реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

2. Используемые примерные программы:

Программа направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

В Рабочей Программе учитываются:

1) индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования, индивидуальные потребности отдельных категорий детей;
2) возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

3. Характеристика взаимодействия с семьями детей по физ. воспитанию.

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Общими требованиями к подготовке родителей к сопровождению ребёнка-дошкольника в рамках его траектории развития при реализации примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования являются:

- наличие у родителей основной общеобразовательной программы;

- информирование родителей о соответствии развития ребенка задачам, поставленным в основной общеобразовательной программе по следующим линиям развития:

- здоровье и физическое развитие;
- познавательно-речевое развитие;

- социально-личностное развитие;
- художественно – эстетическое;

-информирование родителей о результатах освоения примерной основной общеобразовательной программы, полученных при проведении психолого-педагогической диагностики, которые сообщаются родителям в процессе индивидуального общения (в сентябре, январе и мае).

- проведение коллективами ДО систематической работы, направленной на информирование родителей о результатах освоения детьми примерной основной общеобразовательной программы на основе следующих системообразующих принципов.

✓ Персонализации получаемой информации. При реализации примерной основной общеобразовательной программы важно иметь достоверную информацию о потенциальных возможностях и реальных достижениях каждого конкретного ребенка в соответствии с его возрастными особенностями. Целостность и комплексность информации. Информация должна охватывать все четыре направления развития ребенка (здоровье и физическое, познавательно-речевое, социально-личностное, художественно -эстетическое). Получаемая информация должна интегрироваться в целостный информационный комплекс представлений о конкретном ребенке.

✓ Непрерывность и динамичность информации. Воспитательно-образовательный процесс, направленный на реализацию инвариантной части примерной основной общеобразовательной программы по своему характеру является непрерывным и динамичным. Реальное отражение этого процесса предполагает соответствующий характер информации.

✓ Релевантность информации *(англ.* relevant - относящийся к делу). Увеличение количества информации не всегда повышает качество решения. Релевантная информация - это данные, касающиеся только конкретной проблемы, человека, цели, периода времени.

✓ Релевантная информация - основа решения, поэтому важно добиться ее максимальной точности и соответствия проблеме.

✓ Смысловая однозначность информации. Исключение из информации двусмысленных слов или утверждений.

✓ Адекватность информации. Информация должна адекватно отражать заданные свойства объекта изучения (признаки, связи, измерения).

✓ Корпоративная паритетность информации. Это специфический результат взаимного обмена сведениями между источниками информации и создание информационного пространство, а сама информация выступает как информационное поле.

Передача информации реализуется при непосредственном контакте педагога с родителем или использовании дополнительных средств коммуникации (телефон, Интернет и др.).

Перспективным направлением в области расширения коммуникативных возможностей является Интернет, индивидуальное консультирование родителей в режиме он-лайн или по электронной почте.

Чтобы не создавать условий для сравнения, нужно, чтобы родители имели индивидуальный доступ на сайт и таким образом располагали информацией только о своем ребенке. По желанию и личной инициативе родителей, дошкольное образовательное учреждение в электронном виде предоставляет на сайт информацию, например, сведения о физической подготовленности ребенка и др.

Цель работы с родителями: обеспечение тесного взаимодействия педагогов ДОУ и родителей в процессе развития и здоровьесбережения детей.

Задачи работы с родителями:

- Формирование у родителей уверенности в собственных педагогических способностях и возможностях.
- Систематизация знаний родителей.
- Просвещение родителей.
- Изучение особенностей каждой семьи.
- Привлечение родителей к активному участию в деятельности ДОУ.
- Повышение общей психолого-педагогической культуры родителей.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

Содержание (основные направления) работы с родителями:

- Информационно-просветительское направление: оформление наглядной текстовой информации для родителей, выпуск газет для родителей, родительский всеобуч, семинары, практикумы.
- Консультационное направление: проведение консультаций, разработка рекомендаций и памяток.
- Организационное направление: родительские собрания, Дни открытых дверей, выпуски семейных газет.
- Диагностико - аналитическое направление: изучение особенностей семей путём собеседования, анкетирования.

Методы и формы работы с семьей:
Работа с семьей по оказанию в выборе правильных методов воспитания:
– диагностика семьи (наблюдение, анкетирование, беседы, тесты, посещение на дому).
Индивидуальная работа с родителями:
– беседы, домашние задания, анкеты, консультации, посещение занятий родителями.
Формы и методы коллективной работы:
– родительский совет, семинар-практикум, лекции, доклады, дискуссии, беседы, конкурсы, праздники, круглый стол, родительские собрания, конференции.

– советы социального педагога и других специалистов;
– памятки для родителей.
Дни открытых дверей, консультации.
Реклама услуг детского сада (буклеты, газеты и др.).

Образовательная область	**Формы взаимодействия с семьями воспитанников**
Физическое развитие	1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами. 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка. 3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья. 4. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье: ➢ Зоны физической активности,

	➢ Закаливающие процедуры, ➢ Оздоровительные мероприятия и т.п. 5. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. 6. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 7. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей. 8. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДОУ. 9. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма. 10. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п. 11. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга. 12. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОУ с медицинскими учреждениями. 13. Организация консультативного пункта для родителей в ДОУ для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка. 14. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д.с целью регулярного выполнения дома и в ДОУ. 15. Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития с участием медицинских работников. 16. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей. 17. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 18. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня

	физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей. 19. Определение и использование здоровьесберегающих технологий. 20. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.

4. Планируемые результаты освоения детьми в результате освоения Рабочей Программы:

К семи годам при успешном освоении рабочей Программы достигается следующий уровень физического развития:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Образовательная область «Физическое развитие»

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 -5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 -12м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

2. У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

- Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуется только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

3. Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

5. Реализация методической темы: Работаю над темой: «Зимние и летние виды спорта в физическом воспитании дошкольников». В 2023 году запланировано изготовление и пополнение нестандартного оборудования.

Перечень программ, технологий и пособий:

- Твой олимпийский учебник: Учеб. пособие для учреждений образования России./В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России.- М.: Советский спорт ,1999.-160 с.
- Олимпийские игры. Познавательно- игровая деятельность.1-11 классы/авт.-сост.Н.В. Барминова и др..-Волгоград: Учитель,2013.-289 с.
-Сивачева Л.Н. «Физкультура – это радость!»(спортивные игры с нестандартным оборудованием). – Санкт-Петербург, 2002.

6.Дополнительное образование.

Спортивный кружок «Весёлый мяч»

Цель: Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствовать укреплению здоровья.

Занятия кружка проводятся в четверг во II половину дня, время работы 17.00-17.30 (Рабочая программа кружка).