

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Полевского городского округа
«Детский сад № 69 комбинированного вида»

Принято на Педагогическом совете
Протокол № 1
от 31.09.2023 г.

Утверждено
заведующий
МБДОУ ДПО «Детский сад № 69»
Орехова Е.Н.
Приказ № 39 – АХС
от 31.08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

ВОЗРАСТ С 3 ДО 7 ЛЕТ

**ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ:
ШМАКОВА ОЛЬГА ВАЛЕРЬЕВНА**

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	2
2.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	8
2.1.	Пояснительная записка	8
2.2.	Планируемые результаты реализации образовательной области «физическое развитие»	10
2.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	13
3	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	19
3.1	Задачи и содержание образования в области физического развития детей дошкольного возраста 3-7 лет.	19
3.1.1	Задачи и содержание физического развития детей 3-4 лет	19
3.1.2	Задачи и содержание физического развития детей 4-5 лет	22
3.1.3	Задачи и содержание физического развития детей 5-6 лет	25
3.1.4	Задачи и содержание физического развития детей 6-7 лет	29
3.2.	Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы.	35
3.2.1	Вариативные формы реализации РП	35
3.2.2.	Формы, способы, методы и средства	35
3.2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	39
3.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы.	40
3.4.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «физическое развитие»	42
3.5.	Направление и задачи коррекционно-развивающей работы	45
3.6.	Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ	48
3.7.	Федеральная рабочая программа воспитания	48
3.7.1.	Целевой раздел Программы воспитания	48
3.7.2.	Содержательный раздел Программы воспитания	48
3.7.3.	Организационный раздел Программы воспитания	48
4.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	48
4.1.	Психолого-педагогические условия реализации программы	48
4.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	50
4.3.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы по реализации образовательной области «физическое развитие»	50
4.4.	Примерный перечень литературы для реализации программы в соответствии с ОП и возрастными особенностями детей	51
4.5.	Приложения к рабочей программе по реализации образовательной области «физическое развитие»	53

1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Рабочая программа инструктора по физической культуре МБДОУ ПГО «Детский сад № 69 комбинированного вида» (далее – Рабочая Программа, РП).разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), образовательной программой дошкольного образования МБДОУ ПГО «Детский сад 69 комбинированного вида», особенностями образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей воспитанников и запросов родителей (законных представителей).

Программа разработана в соответствии с:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990) https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. От 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. От 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384) https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847) <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122>
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202011120001>
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и 5 норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022>
- Устава Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Полевского городского округа «Детский сад №69 комбинированного вида» (новая редакция), 2014г.
- Локальных актов МБДОУ ПГО «Детский сад №69».

Программа позволяет реализовать основополагающие функции дошкольного образования:

- обучение и воспитание ребёнка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и

культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;

- создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- создание единого образовательного пространства воспитания и обучения детей от 1 года до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребёнку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места проживания.

Рабочая программа состоит из обязательной части, соответствующей ОП ДО и составляет не менее 60% от общего объема Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, которая составляет не более 40% и ориентирована на специфику национальных, социокультурных и иных условий, в том числе региональных, в которых осуществляется образовательная деятельность; сложившиеся традиции ДОО; выбор парциальных образовательных программ и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива и ДОО в целом. Содержание и планируемые результаты Программы соответствуют содержанию и планируемым результатам Федеральной программы. Обеспечиваются взаимодополняющими и необходимыми для реализации ФГОС ДО.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе Программы представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы, а также на этапе завершения освоения Программы; подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов.

Содержательный раздел Программы включает задачи и содержание образовательной деятельности по физическому развитию для детей 3-7 лет. В нем представлены описания вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы; особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик и способов поддержки детской инициативы; взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся; направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее – КРР) с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями (далее – ООП) различных целевых групп, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов.

В содержательный раздел Программы входит федеральная рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы, предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических условий реализации Программы; организации развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале; материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания. Раздел включает примерные перечни художественной литературы, музыкальных произведений для использования в образовательной работе в разных возрастных группах.

В данной рабочей программе предоставлена модель занятий, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизических особенностях детей младшей, средней, старшей и подготовительной группы, календарный план работы

В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная модель выбрана как наиболее соответствующей требованиям системного подхода и овладения новыми двигательными действиями. Структурной моделью такой системы являются тематические

блоки. Программа рассчитана на детей с 3 до 8 лет с учётом возрастных, индивидуальных особенностей воспитанников их жизненной ситуации. Срок реализации Программы зависит от периода поступления ребёнка в МБДОУ, его возраста и индивидуальных особенностей.

Индивидуальные особенности детей детского сада.

Воспитанники МБДОУ имеют хронические заболевания, прежде всего – это заболевания верхних дыхательных путей; заболевания кожи, болезни мочеполовой системы; болезни нервной системы.

При организации образовательного процесса учитываются ***возрастные особенности детей дошкольного возраста***, однако, наибольшее значение уделяется ***индивидуальным особенностям развития ребенка***, с учетом особенностей здоровья каждого воспитанника. Для этого работа ведется в тесном контакте с воспитателями, специалистами и родителями.

Название группы, направленность	Возраст	Общее кол-во	Из них		Кол-во детей с ООП			Состояние здоровья воспитанников по гр.здоровья			
			Дев	Мал	ОВЗ	одаренные	Группа риска	1	2	3	4
«Пчелки»	3-4 лет	18	9	9	0	Не выявлены					
«Мультишки»	3-4 лет	18	12	6	0	Не выявлены					
«Светлячки»	4-5 лет	22	11	11	1	Не выявлены					
«Карамельки»	5-6 лет	18	8	18	2	Не выявлены					
«Звездочки»	5-6 лет	19	9	10	3	Не выявлены					
«Акварельки»	6-7 лет	20	12	8	3	Не выявлены					
«Солнышко»	6-7 лет	18	9	9	2	1					

Данная категория детей, требует щадящего режима, индивидуального питания, дозированных физических нагрузок, а так же предполагает индивидуальные программы оздоровления и коррекции. Кроме этого проблемы со здоровьем способствуют отставанию у детей таких психических процессов как внимание, память, мышление. Дети подвержены быстрой утомляемости; наблюдается незрелость эмоционально-чувственной сферы; нарушение звукопроизношения и речи в целом, поэтому учитывая особенности воспитанников, посещающих наш детский сад педагогический коллектив вместе с родителями воспитанников выстроил содержание Программы.

Программа задает содержание дошкольного уровня образования, обеспечивающее разностороннее и целостное формирование физических, интеллектуальных и личностных качеств ребенка. Программа обеспечена учебно-методическими комплектами, системой мониторинга и апробирована широкой практикой.

Образовательная система, реализующая программу, выстроена на комплексно-тематической основе. Ее содержание интересно, доступно и понятно детям, и при этом обеспечивает высокий уровень их развития.

Программа носит открытый характер. Она задает основополагающие принципы, цели и задачи воспитания, создавая простор для творческого использования различных педагогических технологий.

Группы **комбинированной оздоровительной** направленности посещают дети, имеющие особые образовательные потребности. Для таких детей осуществляется индивидуально-ориентированная психолого-педагогическая помощь, а образовательный процесс осуществляется по индивидуальным образовательным маршрутам и адаптированным образовательным программам.

Инструктор физической культуры выстраивает образовательный процесс вместе с родителями воспитанников, поэтому он **учитывает запросы и потребности семей**, пользующихся услугами учреждения:

обеспечение непрерывности воспитания, обучения и развития ребенка в период реабилитации и оздоровления;

- укрепление иммунной системы;
- получение коррекционной помощи в психо-речевом развитии детей;
- обеспечение целенаправленной подготовки ребёнка к обучению в школе при выходе из дошкольного учреждения.

В вариативную часть Программы вошли темы присущие только Уральскому региону и городу Полевскому. Ее содержание учитывает **национально – культурные особенности** включает в себя вопросы истории современной культуры города Полевского, особенности природы Уральского края, которая с детства окружает маленького ребенка. Педагоги рассказывают воспитанникам о национальных традициях народов проживающих на территории Свердловской области. Дошкольники знакомятся с уникальностью русской национальной культуры, представителями которых являются участники образовательного процесса (знакомство с народными играми).

При организации образовательного процесса в детском саду учитываются: **климатические особенности, в которых находится МБДОУ**: процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1. холодный период: учебный год (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и расписание занятий.
2. теплый период (июнь-август), летне-оздоровительный период, для которого составляется другой режим дня, в этот период проводятся только музыкальные и физкультурные занятия и все формы двигательной деятельности с воспитанниками осуществляются на свежем воздухе. Летний оздоровительный период запланирован с первого июня по тридцать первое августа.

План летне-оздоровительной работы разработан педагогическим коллективом с учетом нормативных документов.

При разработке Программы учитывались: **этнокультурные особенности**: обучение и воспитание в МБДОУ осуществляется на русском языке, в соответствии с Уставом учреждения.

Особенности социально-культурного окружения в соответствии с социокультурным подходом в образовании дошкольников детский сад осуществляет взаимодействие с культурно-образовательными, культурно-оздоровительными и лечебными учреждениями.

Способы реализации Программы определяются ДОО и зависят от конкретных условий, предпочтений педагогического коллектива ДОО и других участников образовательных отношений, с учётом индивидуальных особенностей обучающихся, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация Программы, направлена на обучение и воспитание, предполагает интеграцию в едином образовательном процессе, предусматривает взаимодействие с разными субъектами образовательных отношений, осуществляется с учётом принципов ДО, зафиксированных во ФГОС ДО.

При соблюдении требований к реализации Программы и создании единой образовательной среды создается основа для преемственности уровней дошкольного и начального общего образования.

2. Целевой раздел

2.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в федеральных государственных образовательных стандартах, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья и сбережения.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, является важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления волнует не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества. Необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

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

Цели и задачи Программы

Цель программы: Создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций

Цель рабочей программы достигается через решение следующих задач:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье).

Программа построена на следующих **принципах** ДО, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;

- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

2.2. Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие».

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

Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

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

Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К четырем годам:

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

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;

ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;

ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам; ребёнок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;

ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;

ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;

ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;

ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

К пяти годам:

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

ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

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

ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;

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

ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

К шести годам:

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

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

ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

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

ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

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

ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;

ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и другим, оперируя предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;

ребёнок знает о цифровых средствах познания окружающей действительности, использует некоторые из них, придерживаясь правил безопасного обращения с ними;

ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;

ребёнок проявляет интерес и (или) с желанием занимается музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельностью; различает виды, жанры, формы в музыке, изобразительном и театральном искусстве; проявляет музыкальные и художественно-творческие способности;

ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;

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

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

К концу дошкольного возраста:

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации; ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;

ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;

ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

2.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

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

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей¹, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей²; освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся³.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

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

¹ Пункт 3.2.3 ФГОС ДО

² Пункт 4.3 ФГОС ДО.

³ Пункт 4.3 ФГОС ДО.

Периодичность проведения педагогической диагностики (входная и итоговая диагностики) проводятся в октябре и мае. При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребёнка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребёнка.

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

Педагогическая диагностика физического развития детей проводится в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, специальных диагностических тестов. При необходимости могут использоваться специальные методики диагностики физического развития.

Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики физического развития ребёнка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в области физическое развитие. Педагог наблюдает за двигательной активностью ребёнка в деятельности (игровой, двигательной). В процессе наблюдения педагог отмечает особенности проявления ребёнком физических качеств, деятельностных умений, интересов, предпочтений, фиксирует реакции на успехи и неудачи.

Результаты наблюдения фиксируются в диагностических картах, в которых отражены показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволяет выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Диагностическая карта

Мониторинг развития физических качеств на начало 2023-2024 учебный год

Диагностика физического развития младшая группа № _____

ФИ ребенка	Прыгает в длину с места на 40см и более	Может влезть по гимнастической стенке на 4-5 перекладин удобным способом и спускаться обратно.	Метает мяч на дальность правой и левой рукой (расстояние 2-3м и более).	Пробегаёт 10м схода за 3,5с и быстрее.	Может бегать непрерывно в течение 1 минуты.	Удерживает равновесие при ходьбе в колонне, по кругу, парами.	Подбрасывает мяч и ловит его двумя руками, ловит мяч после удара его об пол (2-3 раза подряд).	Прыгает через линии, невысокие предметы.	Проявляет интерес к коллективным формам организации двигательной активности	Использует приобретенные двигательные навыки в самостоятельной деятельности.
------------	-----------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------

																	И.			
	Н.Г	К.Г																		

Диагностика физического развития средняя группа №

ФИ ребенка.	Прыгает в длину с места не менее 70см.	Пробегаёт 30м со старта за 8,5с и быстрее.	Может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200-240м.	Бросает набивной мяч(0.5кг) стоя из-за головы на 1 м.	Ходить свободно, держась прямо, не опуская головы.	Уверенно ходить по бревну (гимнастической скамейке), удерживая равновесие.	Умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами.	Бросает мяч вдаль удобной рукой на 5м и дальше	Активен, с интересом участвует в подвижных играх.	Пробегаёт 10м схода за 3,5с и быстрее.										
	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г

Диагностика физического развития старшая группа № _____

ФИ ребенка.	Характеризуется адаптивным поведением, обладает эмоционально-волевыми качествами.		Хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.		Может бежать непрерывно в медленном темпе 2 мин.		Пробегаёт 3х10 м (челночный бег) быстрее 11,2с		Прыгает в длину с места на 80 см и более		Бросает мяч на дальность удобной рукой на 5 м и более.		Умеет прыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед, на двух ногах.		С удовольствием участвует в подвижных и спортивных играх; спортивных праздниках и соревнованиях.		Охотно осуществляет элементарные оздоровительные-закаливающие процедуры.		Пробегаёт 30м со старта за 8,5с и быстрее	
	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.

Диагностика физического развития подготовительная группа № _____

ФИ ребенка	Перекладывание двумя пальцами по одному предмету из группы мелких вещей (бусинок, спичек) в коробку. (за 15 сек 20 спичек).		Сохранение статического равновесия, стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги) 15-20сек.		Бег с преодолением препятствий (обегание предметов змейкой). Расстояние между предметами 1м. общее расстояние 10м. (Не менее 5-5,5 сек).		Подбрасывание и ловля мяча двумя руками (диаметр 12-15см)		Прыжок в длину с места (не менее 100-120см)		Пробегаёт 3х10 м (челночный бег) быстрее 11,2с		Пробегаёт 30м со старта за 8,5с и быстрее.	
	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.	Н.Г	К.Г.

Мониторинг освоения ОП за предыдущий учебный год с кратким анализом.

Физическое развитие в дошкольном учреждении осуществляется в соответствии с образовательной программой ДО в соответствии с ФГОС ДО.

Было обследовано 8 групп, общее количество обследованных детей в начале и в конце года 137 человек, из них дети с ОВЗ 10 человек. Анализ полученных результатов на начало и конец года показал:

№ группы/количество детей.	Показатели развития	Начало года	Конец года
№4-23 человека	Достаточный уровень.	8,6% (2 ч)	26,08%(6ч)
	Уровень близкий к достаточному.	78,2% (18ч)	65,2% (15ч)
	Недостаточный уровень.	13,04% (3 ч)	8,6% (2ч)
№5-16 человек ОВЗ-2	Достаточный уровень.	12,5%(2ч)	31,25%(5ч)
	Уровень близкий к достаточному.	75%(12ч)	68,7% (11ч)
	Недостаточный уровень.	12,5%(2ч)	0% (0ч)
№6-17 человек ОВЗ-2	Достаточный уровень.	11,7%(2ч)	41,1% (7ч)
	Уровень близкий к достаточному.	76,4%(13ч)	58,8% (10ч)
	Недостаточный уровень.	11,7%(2ч)	0% (0ч)
№7-18 человек ОВЗ-2	Достаточный уровень.	11,1%(2ч)	33,3% (6ч)
	Уровень близкий к достаточному.	88,8%(16ч)	66,6% (12ч)
	Недостаточный уровень.	0% (0ч)	0% (0ч)
№8-18 человек ОВЗ-1	Достаточный уровень.	11,1%(2ч)	33,3% (6ч)
	Уровень близкий к достаточному.	77,7%(14ч)	66,6% (12ч)
	Недостаточный уровень.	11,1%(2ч)	0% (0ч)
№9-16 человек ОВЗ-3	Достаточный уровень.	23,5%(4ч)	64,7% (11ч)
	Уровень близкий к достаточному.	68,7%(11ч)	31,2% (5ч)
	Недостаточный уровень.	5,3% (1ч)	0% (0ч)
№10-19 человек	Достаточный уровень.	21,05%(4ч)	52,6% (10ч)
	Уровень близкий к достаточному.	78,9%(15ч)	47,3% (9ч)
	Недостаточный уровень.	0% (0ч)	0% (0ч)

Комплексная диагностика по физическому развитию детей.

Уровень развития физических качеств и навыков, на конец и начало учебного года у дошкольников составил:

год	Достаточный уровень.	Уровень близкий к достаточному.	Недостаточный уровень.
Начало года	14,1% (18ч)	77,9% (99ч)	7,8% (10ч)

Конец года	40,1%(51ч)	58,2%(74ч)	1,5%(2ч)
------------	------------	------------	----------

Процент несформированности показателей развития освоения образовательной программы составляют дети, которые часто болели и мало посещали детский сад.

Повышение уровня физического развития детей можно объяснить тем, что с детьми работает не один инструктор по физическому воспитанию, прослеживается преемственность в содержании обучения, формах, методах и приемах работы с воспитателями групп и всеми специалистами ДОУ.

Дети с удовольствием занимаются физическими упражнениями, участвуют в подвижных играх. Воспитанники отличаются высокой работоспособностью, они стали сильнее, выносливее, более ловкими и гибкими.

Работа с детьми с ОВЗ осуществляется в соответствии с индивидуальными маршрутами в адаптированной образовательной программе для детей с ОВЗ, в тесном взаимодействии с родителями воспитанников с ОВЗ и специалистами детского сада.

Комплексная диагностика по физическому развитию детей с ОВЗ.

	Дети 4-5 лет (4 ребенка)		Дети 5-7 лет (6 детей)	
	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1-отрицательная динамика	0	0	0	0
2 - отсутствие динамики	1 ребенок (25%)	0		
3 - волнообразная динамика, невыраженные изменения	3 ребенка (75%)	1ребенок (25%)	2 ребенка (33%)	1 ребенок (17%)
4- выраженная положительная динамика	0	3 ребенок (75%)	4 ребенка (67%)	3 ребенка (50%)
5 - значительная положительная динамика	0	0		2 ребенка (33%)

Среди детей с ОВЗ также прослеживается повышение уровня физического развития.

Считаю, что наиболее эффективным средством включения воспитанника с ОВЗ в процесс деятельности является игровая деятельность. В течение года было выявлено 5 одаренных детей.

В течение года проводился мониторинг одаренных детей. В результате мониторинга было выявлено 5 одаренных детей из подготовительных к школе групп, которые перешли на следующую ступень образования, поступили в 1 класс школы. С одаренными детьми проводилась индивидуальная работа, на занятиях им предлагалась выполнить усложненные задания. Эти дети участвовали в соревнованиях и фестивалях различного уровня, где занимали призовые места.

3.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Задачи и содержание образования в области физического развития детей дошкольного возраста 3-7 лет.

3.1.1.Задачи физического развития детей 3-4 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет.

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

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

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

Основные движения:

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

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

Строевые упражнения:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

5) Активный отдых.

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

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

3.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

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

- Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- Укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

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

Основные движения:

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

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

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

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

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой; упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

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

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

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

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

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

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в

парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

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

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

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

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

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

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полуёлочкой».

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

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

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

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

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

3.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- Укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет.

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

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

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

Основные движения:

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

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

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

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя;

перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

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

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

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

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

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

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

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

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

комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

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

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

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

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

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

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

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

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

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

б) Активный отдых.

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

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

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

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

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

3.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- Развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- Поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- Воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет.

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

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

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

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

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

Основные движения:

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

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

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

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

ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

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

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

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

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

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

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

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

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

упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

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

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

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

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

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) Активный отдых.

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

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

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

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

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

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

3.2. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы.

3.2.1. Вариативные формы реализации РП

В рамках договора с ГАУ СО «Спортивно-адаптивная школа» о предоставлении в безвозмездное пользование спортивного оборудования в рамках совместной деятельности по комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов, на территории Свердловской области.

Сетевая форма организации образовательного процесса по физическому развитию детей осуществляется со спортивными предприятиями города Полевского: Дворец спорта СТЗ; ФСК Лыжная база трубного завода; Лыжная база.

При реализации образовательной программы дошкольного образования используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации ОП ДО осуществляется в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21

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

3.2.2. Формы, способы, методы и средства

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

- Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- Образовательная деятельность, осуществляется в ходе режимных процессов;
- Самостоятельная деятельность детей;
- Взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию.

Организация обучения двигательным навыкам развития физических качеств и формирование основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные и практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Для достижения **задач воспитания** в ходе реализации Программы используются следующие методы:

№	Название метода.	Описание метода.
1	Вербальные методы (словесные).	-Направлены на активизацию, сознания ребенка в формировании более глубокого осмысления, поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне понимание их содержания структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых различных случаях; -Название упражнений, описание, объяснение, указания, распоряжения команды, вопрос детям, рассказ, беседа и так далее активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений. Способствуют созданию более точных, зрительных представлений от движений.
2	организации опыта поведения и деятельности	приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы;
3	осознания детьми опыта поведения и деятельности	разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример;
4	мотивации опыта поведения	поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы

	и деятельности	
5	Наглядный метод.	-способствует формированию знаний и ощущений, касающихся движения чувственного восприятия и развитие способности к сенсорике; -Наглядно - зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - Наглядно - слуховые приемы (музыка, песни); - Тактильно - мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).
6	Практические методы.	-Призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятие и моторных ощущений; -Применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепление двигательных навыков и умений; -Закрепления двигательных навыков и развитие физические качества в изменяющихся условиях; -При выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый, физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм. Способствует проведению максимально функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования физически и морально волевым качествам (решительность, честность, благородство и так далее). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему и выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
7	Информационно рецептивный метод.	- Предъявление информации, организация действий ребенка с объектом изучения (распознающие наблюдение, рассматривание картин, демонстрации, кино и видеофильмов, просмотра компьютерных презентаций, рассказы педагогов и детей чтение).
8	Репродуктивный метод.	-создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности руководства их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказа с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
9	Метод проблемного изложения.	-Постановка проблемы и раскрытие пути ее решения в процессе организации опытов наблюдений.
10	Эвристический метод	-Проблемная задача делится на части проблемы, в решении которых принимают участие дети

	(частично- поисковый).	(применение представлений в новых условиях).
11	Исследовательский метод.	-Составление и предъявления проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов, (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, учитываются возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации Программы педагог используются различные **средства**, которые используются для развития *двигательной деятельности*(оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое).

Выбор формы методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основана на адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей. Их соотношение и интеграция при решении задачи воспитания и обучения обеспечивают вариативность средств реализации рабочей программы.

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

Перечень спортивного оборудования и инвентаря для реализации двигательной деятельности

№	Наименование спортивного оборудования и инвентаря	Количество (шт.)
1	Баскетбольные щиты	2
2	Дуги для подлезания деревянные	4
3	Дуги для подлезания метал.	4
4	Гимнастическая скамейка	1
5	Гимнастические маты	2
6	канат	1
7	Координационная лестница	2
8	Мягкие модули	комплект
9	Наклонная доска	2
10	Фит-бол	5
11	Гимнастические палки	20
12	Гимнастический обруч	20
13	Скакалки	20
14	Кегли	30

15	Кубики пластмассовые	30
16	Массажная полусфера	8
17	Мяч 25 см	20
18	Набивной мяч 1 кг.	1
19	Флажки	20
20	Конусы для разметки	10
21	Массажные коврики	7

Технические средства обучения

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

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются

3.2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО по физическому развитию включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации двигательной деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы развития детей в области «физическое развитие».

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

1) совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;

- 2) совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог – равноправные партнеры;
- 3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей (квест-игры);
- 4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей (подвижные игры);
- 5) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (подвижные игры, игры с правилами и другое).

Организуя различные **виды деятельности**, педагог учитывает опыт ребёнка, его субъектные проявления (самостоятельность, творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации, стремление к сотрудничеству с детьми, инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности). Эту информацию педагог может получить в процессе наблюдения за деятельностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации педагог создает условия для свободного выбора детьми деятельности, оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей. Педагог использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач воспитания, обучения и развития детей.

Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, двигательная). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

Игра занимает центральное место в жизни ребёнка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребёнка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации. Играя вместе, дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность и инициативу и другое. Детство без игры и вне игры не представляется возможным.

Игра в педагогическом процессе выполняет различные функции: обучающую, познавательную, развивающую, воспитательную, социокультурную, коммуникативную, эмоциональную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

В образовательном процессе игра занимает особое место, выступая как форма организации жизни и деятельности детей, средство разностороннего развития личности; метод или прием обучения; средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребёнка и становления его личности, педагог максимально использует все варианты её применения в ДО.

Образовательная деятельность на занятиях по физической культуре имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребёнка. Основная задача педагога состоит в том, чтобы создать у детей бодрое, жизнерадостное настроение.

Образовательная деятельность, осуществляемая на занятиях по физической культуре **может включать:**

- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (подвижные, музыкальные и другие);
- практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно- гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие);
- трудовые поручения и дежурства (помощь в раздаче и уборке спортивного инвентаря);
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами образовательной области «физическое развитие»;
- оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательную деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).

Занятие является формой организации обучения, наряду с экскурсиями, подвижными играми, играми-путешествиями и другими.

Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21.

Содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог выбирает самостоятельно.

3.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищённости, комфорта, положительного самоощущения.

Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например: самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры.

Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия:

- 1) уделять внимание развитию детского интереса к двигательной деятельности, поощрять желание ребёнка получать новые физические навыки и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- 2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в двигательной деятельности, побуждающие детей к применению физических умений и навыков в выборе способов деятельности;
- 3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка двигательной активности;
- 4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего занятия, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- 5) создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

- б) поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
- 7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- 8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Для поддержки детской инициативы педагог использует **ряд способов и приемов.**

- **Неследует сразу помогать ребёнку**, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.
- У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.
- Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.
- Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.
- Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

- Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве физкультурного зала появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые атрибуты для подвижных игр и зашифрованные записи, посылки, письма-схемы прочее. Разгадывая загадки, заключенные в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.

3.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие».

Главными **целями** взаимодействия педагога с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития детей дошкольного возраста;
- обеспечение единства подходов в физическом развитии детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность дополняет, поддерживает и тактично направляет воспитательные действия родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста.

Достижение этих целей осуществляется через решение **основных задач**:

- информирование родителей (законных представителей) относительно целей ДО в физическом развитии, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;
- просвещение родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих **принципов**:

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;
- открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях физического развития ребёнка; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях физического развития ребёнка в ДОО и семье;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагога и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагог придерживается этики и культурных правил общения, проявляет позитивный настрой на общение и

сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию, как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;
- возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Деятельность педагога по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по **нескольким направлениям:**

1) просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам физического развития детей дошкольного возраста; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; содержания и методах образовательной работы с детьми;

3) консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми дошкольного возраста; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество в реализации некоторых образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержку образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста; разработку и реализацию образовательных проектов ДОО совместно с семьей.

Особое внимание в **просветительской деятельности** ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих **направлений просветительской деятельности:**

- информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (организация двигательной активности), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;
- информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях педагога и семьи в решении данных задач;
- знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

Направления деятельности педагога реализуются в **разных формах** (групповых и (или) индивидуальных) посредством **различных методов, приемов и способов** взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары- практикумы, тренинги, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; Включают также и досуговую форму – совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Для вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность активно используется воспитательный потенциал семьи для решения образовательных задач, привлекая родителей (законных представителей) к участию в образовательных мероприятиях, направленных на решение познавательных и воспитательных задач.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между семьей и ДОО является **диалог педагога и родителей** (законных представителей). Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребёнка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения. В диалоге проходит просвещение родителей (законных представителей), их консультирование по вопросам выбора оптимального образовательного маршрута для конкретного ребёнка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребёнка в освоении образовательной программы.

План работы с родителями.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ			
№	Название мероприятия	Месяц	Ответственный
	Участие в родительских собраниях	В течение года.	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
2	Оформление информационного стенда для родителей «Каким бывает отдых»; «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»; Программа закаливания; Как уберечь ребенка от простуды.	В течение года.	Инструктор по физической культуре
3	Консультации: -Особая роль технических средств, в физкультурном воспитании	Сентябрь Ноябрь	группы дошкольного возраста совместно с

	ребенка. -Общение со своим ребенком по поводу полученных знаний о важности заботы о своем здоровье.	Март	родителями
4	Размещение информации на сайте ДООУ, социальных сетях	В течение года	инструктор по физической культуре совместно с педагогами групп
5	Участие родителей в участие в городских соревнованиях, спортивных праздниках и развлечениях в ДООУ.	В течение года	инструктор по физической культуре совместно с педагогами групп

3.5. Направление и задачи коррекционно-развивающей работы

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

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, динамики их развития.

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с адаптированной образовательными программами и индивидуальными образовательными маршрутами.

Задачи КРР педагога:

- определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения образовательной программы и социализации в ДОО;
- своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной педагогической помощи обучающимся с учётом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии или психолого- педагогического консилиума образовательной организации (далее – ППК));
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной педагогической помощи по вопросам физического развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;
- выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;

- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в физическом развитии.

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

КРР в ДОО реализуется педагогом в форме групповых и (или) индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Выбор конкретной программы коррекционно-развивающих мероприятий, их количестве, форме организации, методов и технологий реализации определяется педагогом самостоятельно, исходя из возрастных особенностей и ООП обучающихся. Содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учётом его ООП на основе рекомендаций ППК ДОО.

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

1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;

2) обучающиеся с ООП:

- с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
- обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети);
- часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребёнком в посещении ДОО;
- обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;
- одаренные обучающиеся;
- обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

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

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

Содержание КРР:

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю диагностику отклонений в физическом развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;
- изучение уровня общего развития обучающихся (с учётом особенностей нозологической группы), двигательных возможностей;

- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребёнка;
- изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребёнка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг физического развития детей и предупреждение возникновения педагогических проблем в их развитии;
- системный разносторонний контроль за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

КРР включает:

- выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ (методик), педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями;
- организацию, разработку и проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и физического развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации;
- коррекцию и развитие двигательных функций;
- коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений;
- создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной двигательной активностью, высоким уровнем физического развития, спортивной одаренности;
- создание насыщенной РППС для разных видов двигательной деятельности;
- формирование инклюзивной образовательной среды;

Направленность КРР с одаренными обучающимися:

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

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

3.6. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ.

- Согласно пункту 2.10 СанПин при организации ОД по физическому развитию в ДО соблюдаются следующие требования:
- - режим двигательной активности детей в течении дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- - при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастика для глаз, обеспечивается контроль, за осанкой, в том числе, во время письма и рисования;
- - физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.
- Возможность проведения занятий физической культурой и спорта на открытом воздухе. А также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

3.7. Федеральная рабочая программа воспитания

Образовательная программа дошкольного образования п. 3.12. стр. 35

3.7.1. Целевой раздел Программы воспитания

Образовательная программа дошкольного образования п.3.12.1. стр. 37

3.7.2. Содержательный раздел Программы воспитания

Образовательная программа дошкольного образования п.3.12.2. стр. 42

3.7.3. Организационный раздел Программы воспитания

Образовательная программа дошкольного образования п.3.12.3. стр. 55

4. Организационный раздел

4.1. Психолого-педагогические условия реализации программы.

Успешная реализация программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение

детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;

- обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования – формирование умения учиться);
- учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально- личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;
- совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

- предоставление информации о программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- обеспечение возможностей для обсуждения Федеральной программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

4.2. Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды.

Развивающая предметно - пространственная среда, часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развития детей ДОО.

Развивающие предметно - пространственная среда выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно - пространственная среда представляет собой единство специально организованного пространства, как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудование, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей.

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

При проектировании РППС ДОО необходимо учитывать:

- Местные этнопсихологические, социо-культурные, культурно - исторические и природно-климатические условия, в которых находятся ДОО;
- Возраст, опыт, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание воспитания и образования;
- Задачи образовательные программы для разных возрастных групп;
- Возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семьи, педагогов и других сотрудников ДОО участников сетевого взаимодействия и тому подобное).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО необходимо, чтобы был:

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

4.3. Материально - техническое обеспечение рабочие программы по реализации образовательной области “Физическое развитие”.

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

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

При проведении закупок спортивного оборудования и инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством российской федерации.

4.4. Примерный перечень литературы для реализации программы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН — Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа ДОО.
5. Инновационная программа дошкольного образования/ Под ред. НЕ. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. — 6-е изд, испр. —М: МОЗАЙКА —СИНТЕЗ, 2021. —с. 336.
6. Оценки физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста /Сост. Н.А. Ноткина, Л. И. Казьмина, Н. Н. Бойнович- Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.-36 с.
7. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. -88 с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2021-112 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2021 -160 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2020.-192 с.

11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет.- 2- изд., испр. и доп.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.-160 с.
12. Э Я. Степаненкова. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2- 7 лет. -2-е изд., испр. и доп.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2021.- 168 с.
13. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: Методическое пособие пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2005-2010.
14. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – Синтез, 2009.

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

1. Адашкявичене Э Й., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
2. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
4. Борисова М. М., Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.:Издательство “ГНОМ и Д”, 2004.
6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. —М., ФиС., 1987.
7. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
8. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
9. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду.Издательство «Юрайт», 2022 г.
10. Павлова Т. Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.:2012
11. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2008.
12. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
13. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь,2007.
14. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знание, 2005.
15. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6—7 лет: профилактика и лечение. — М.: ТЦ Сфера, 2004.
16. Павлова М.А., М.В. Лысогорская и Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий – Волгоград: Учитель, 2009.
17. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
18. Подольская Е.И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5 – 7 лет: Волгоград, Учитель, 2010.
19. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Москва, 2009.
20. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2009.-128с

4.5. Планирование образовательной деятельности

Перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат.

Февраль:

23 февраля: День защитника Отечества.

Апрель:

12 апреля: День космонавтики;

Май:

1 мая: Праздник Весны и Труда; 9 мая: День Победы;

Июнь:

1 июня: День защиты детей; 12 июня: День России;

Июль:

8 июля: День семьи, любви и верности.

Август:

12 августа: День физкультурника;

22 августа: День Государственного флага Российской Федерации;

Сентябрь:

1 сентября: День знаний;

Октябрь:

Третье воскресенье октября: День отца в России.

Ноябрь:

4 ноября: День народного единства;

Последнее воскресенье ноября: День матери в России;

30 ноября: День Государственного герба Российской Федерац

Расписание организованной образовательной деятельности 2023-2024 учебный год.

День недели	Время	Группа №	Инструктор по физической культуре
Понедельник	9.00-9.15	4	Шмакова О.В.
	9.35-10.00	7	Шмакова О.В.
	10.45-11.15 (улица)	9	Шмакова О.В.
	11.25-11.55 (улица)	10	Шмакова О.В.

Вторник	8.50-9.05	5	Шмакова О.В.
	9.15-9.35	6	Шмакова О.В.
	9.45-10.15	9	Шмакова О.В.
	10.45-11.15 (улица)	8	Шмакова О.В.
Среда	8.50-9.00	4	Шмакова О.В.
	9.15-9.35	6	Шмакова О.В.
	9.45-10.15	10	Шмакова О.В.
	10.45-11.15 (улица)	7	Шмакова О.В.
Четверг	9.00-9.15	5	Шмакова О.В.
	9.35-10.00	8	Шмакова О.В.

**Циклограмма рабочего времени
На 2023-2024 учебный год.**

День недели	Время	Вид деятельности
Понедельник	7.55-8.00	Утренняя гимнастика 4-5 группа
	8.00-8.10	Утренняя гимнастика 6 группа
	8.10-8.20	Утренняя гимнастика 7-8 группа
	8.20-8.30	Утренняя гимнастика 9-10 группа
	8.30-8.50	Подготовка к занятию
	9.00-9.15	Занятие в группе № 4
	9.35-10.00	Занятие в группе № 7
	10.45-11.15	Занятие в группе № 9 (у)
	11.25-11.55	Занятие в группе № 10 (у)
	12.10-12.30	Индивидуальная работа
	12.30-13.00	Обработка оборудования
13.00-13.55	Написание конспектов, планов, работа с литературой	
	7.55-8.00	Утренняя гимнастика 4-5 группа
	8.00-8.10	Утренняя гимнастика 6 группа
	8.10-8.20	Утренняя гимнастика 7-8 группа
	8.20-8.30	Утренняя гимнастика 9-10 группа
	8.30-9.00	Подготовка к занятию

Вторник	8.50-9.05 9.15-9.35 9.45-10.15 10.45-11.15 11.30-12.00 12.10-12.30 12.30-13.00 13.00-13.55	Занятие в группе № 5 Занятие в группе № 6 Занятие в группе № 9 Занятие в группе № 8 (у) Индивидуальная работа Индивидуальная работа Обработка оборудования Подбор материалов для консультации
Среда	7.55-8.00 8.00-8.10 8.10-8.20 8.20-8.30 8.30-8.50 8.50-9.05 9.15-9.35 9.45-10.15 10.45-11.15 11.30-12.00 12.10-13.00 13.00-13.55	Утренняя гимнастика 4-5 группа Утренняя гимнастика 6 группа Утренняя гимнастика 7-8 группа Утренняя гимнастика 9-10 группа Подготовка к занятию Занятие в группе № 4 Занятие в группе № 6 Занятие в группе № 10 Занятие в группе №7(у) Индивидуальная работа Обработка оборудования Написание конспектов, планов, работа с литературой
Четверг	7.55-8.00 8.00-8.10 8.10-8.20 8.20-8.30 8.30-8.50 9.00-9.15 9.35-10.00 10.15-10.45 10.55-11.20 11.30-12.00 12.10-13.00 13.00-13.55	Утренняя гимнастика 4-5 группа Утренняя гимнастика 6 группа Утренняя гимнастика 7-8 группа Утренняя гимнастика 9-10 группа Подготовка к занятию Занятие в группе № 5 Занятие в группе № 8 Развлечения (с. г.) Развлечения (п. г.) Обработка оборудования Работа с литературой Работа с педагогами
	7.55-8.00	Утренняя гимнастика 4-5 группа

Пятница	8.00-8.10	Утренняя гимнастика 6 группа
	8.10-8.20	Утренняя гимнастика 7-8 группа
	8.20-8.30	Утренняя гимнастика 9-10 группа
	8.30-9.00	Подготовка к занятию
	9.00-9.30	Развлечения (м. г.)
	9.45-10.15	Развлечения (ср. г.)
	10.25-10.45	Индивидуальная работа
	10.50-11.20	Обработка оборудования
	11.30-12.30	Изготовление атрибутов нестандартного оборудования
12.30-13.55	Работа с литературой	

**Перспективный план физкультурных досугов
На 2023-2024 учебный год.**

<i>РАБОТА С ДЕТЬМИ</i>			
<i>Диагностика уровня показателей физической подготовленности детей проводится два раза в год (сентябрь, май).</i>			
Форма и содержание работы	Сроки выполнения	возрастные группы	Ответственный
Непосредственно образовательная деятельность	еженедельно, в течение всего года	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями	Инструктор по ФИЗО
«Здравствуй Осень» «Путешествие за кладом» «Путешествие в осенний лес» «Забавы в осеннем лесу»	Сентябрь	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Малыши спешат на помощь» «Спорт- здоровье, радость, смех» «Русские народные игры» «С физкультурой мы дружны»	Октябрь	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Вместе весело шагать» «Кошка с котятами» «Спортсмены - на стадион» «Спорт – это сила и здоровье»	Ноябрь	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО

«Весёлые зайчишки» «Здравствуй, Зимушка – Зима!» «Зимние забавы» «По следам Деда Мороза»	Декабрь	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Зимушка зима» «Зимние виды спорта» «Зимние Олимпийские игры» «Зимние Олимпийские игры»	Январь	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Вместе весело шагать» «День защитников Отечества». «День защитников Отечества» «День защитников Отечества»	Февраль	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Мы растём здоровыми» «Весёлый мяч» «Путешествие на волшебный остров» «Веселые старты»	Март	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Игры с Петрушкой» «Весёлые старты» «Наши любимые игры на природе» «Весёлые старты - Мы космонавты»	Апрель	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО
«Страна Спортландия» «Зарница» ко Дню Победы «Зарница» ко Дню Победы «Зарница» ко Дню Победы	Май	Младшая Средняя Старшая Подготовительная	Инструктор по ФИЗО

**Организация двигательного режима
На 2023-2024 учебный год.**

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 час и более/нед
Утренняя гимнастика	5-6мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физминутка во время занятия	2 – 3мин			
Динамическая пауза между занятиями (если нет физо или музо)	5 мин			
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Туристические прогулки и экскурсии			1,5-2 часа	2-2,5 часа
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30мин	30-35 мин
Физкультурные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин
Спортивные праздники	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г	
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель			
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно			

ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
----	---------------------	-------------------------------------------	-----------	-------------------------------------------------

2.	Физическая культура	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раза в неделю: в зале 1 раз на воздухе 1 раз	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Инструктор по физкультуре или воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре или воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре или воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
11.	Туристические прогулки и экскурсии	Группы детей 5-7 лет	2-2,5 часа в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели, родители
12.	Участие в городских пробегах: «Кросс нации», «Сказы Бажова», «Полевская снежинка»	Подготовительные группы.	В течение года	Инструктор по физкультуре.

Перспективное планирование. Народные подвижные игры Урала.

Месяц	Народная игра	Задачи	Дополнительные рекомендации	Материалы
младший дошкольный возраста 3-5 лет.				
Сентябрь	Русская народная игра «У медведя во бору»	Познакомить детей с русской народной игрой. Развитие внимания, скоростных качеств.	Дети направляются к «опушке леса», собирают грибы, ягоды, т. е. имитируют соответствующие движения и проговаривают слова.	Материал: маска медведя.
Октябрь	Татарская народная игра «Мяч по кругу»	Познакомить детей с новой русской народной игрой. Воспитывать интерес к народным играм. Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча с поворотом.	Передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяча. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.	Материал: мяч.
Ноябрь	Татарская народная игра «Продаем горшки»	Познакомить детей с татарской народной игрой. Воспитывать уважительное отношение к культуре народов Урала, создать эмоциональную положительную основу для развития патриотических чувств.	бегать разрешается только по кругу, не пересекая его. Бегущие не имеют права задевать других игроков. Водящий начинает бег в любом направлении. Если он начал бег вправо, запятнанный должен бежать влево.	Материал: тубетейка.
Декабрь	Башкирская народная игра «Юрта»	Познакомить детей с башкирской народной игрой. Дать представление о традициях этого народа. Развивать умение ориентироваться в пространстве.	с окончанием музыки надо быстро подбежать к своему стулу и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту.	Материал: платочки с башкирским орнаментом, картинка с изображением юрты, 4 стула.
Январь	Народная игра Коми «Ловля оленей»	Познакомить с новой игрой народов Коми. Упражнять в бросании мяча в цель.	Игру надо начинать только по сигналу. бросать мяч можно только в ноги играющих.	Материал: мяч, нарисованный круг.
Февраль	Удмуртская народная игра «Серый заяц».	Познакомить с новой игрой народов Удмуртии. Развивать ловкость и работу в	Заяц считается пойманным при полном смыкании круга. Выбегать из-под рук при сомкнутом круге заяц не имеет права.	Материал: начертить квадрат 6*6м. Маска зайца.

		команде.		
Март	Русская народная игра «Ляпки»	Познакомить с новой игрой. Развитие ловкости, внимательности и быстроты.	Водящий не должен преследовать одного и того же игрока. Участники игры внимательно наблюдают за сменой водящих.	Материал: считалка.
Апрель	Народная игра Коми «Невод»	Познакомить с новой игрой народов Коми. Развитие ловкости, внимательности и быстроты.	Игроку, выбегающему из-под невода, надо проявлять ловкость, а не силу. Разрывать круг нельзя.	Материал: платок или венок. Украшенные лентами шесты.
Май	Татарская народная игра «Лисичка и курочки»	Продолжать знакомить детей с татарскими играми. Развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, в умении увертываться.	Курочки начинают бег от лисички только после сигнала петушка.	Материал: маска лисички и маски курочек.
Летний оздоровительный период	Русская народная игра «Гуси лебеди»	Учить детей чётко проговаривать слова. Развивать внимание, координацию движений. Упражнять в ловкости, быстроте реакции.	Пока дети все слова не скажут, игра не начинается. Гуси должны «лететь» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Вы летите, как хотите, только крылья берегите!»	Материал: маска волка.
	Русская народная игра «Пятнашки»	Развивать ловкость, двигательные навыки детей.	Тот, кого пятнашка коснется рукой, становится пятнашкой.	Материал: считалка.
	Татарская народная игра «Серый волк»	Продолжать знакомить детей с татарскими играми. Развивать внимание, координацию движений. Упражнять в ловкости, быстроте реакции.	Изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убежать раньше, чем будут произнесены слова не видать. Ловить убегающих можно только до черты дома.	Материал: маска волка.
Старший дошкольный возраст 5-7 лет.				
Сентябрь	Татарская народная игра. «Спутанные кони»	Развивать: – внимание; – скоростные качества; тренировать детей в прыжках на одной ноге.	Расстояние от линии до флажков, стоек должно быть не более 20 м. Прыгать следует правильно, отталкиваясь обеими ногами одновременно, помогая руками.	Материал: флажки, стойки.
Октябрь	Русская народная игра «Жмурки»	Познакомить с русской народной игрой. Упражнять в умении ловить детей с завязанными глазами. Воспитывать дружеские	играющим не разрешается прятаться за какие-либо предметы или убежать очень далеко. Они могут увертываться от жмурки, приседать, проходить на четвереньках. Пойманного игрока жмурка должен	Материал: платочек.

		взаимоотношения (предупреждать об опасности).	узнать и назвать по имени, не снимая повязки.	
Ноябрь	Башкирская народная игра «Медный пень»	Познакомить с новой башкирской игрой. Воспитывать уважительное отношение к культуре башкирского народа, объяснить значение слова «джигит».	Бежать только по сигналу.	Материал: грамзапись башкирской народной мелодии, стулья.
Декабрь	Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	Познакомить с новой башкирской игрой. Упражнять в беге в рассыпную по всей площадке с увертыванием. воспитывать честность.	пеньки не должны вставать с мест.	Материал: считалки.
Январь	Башкирская народная игра «Палка-кидалка»	Познакомить с новой башкирской игрой. Упражнять детей в метании предмета вдаль. Развивать внимание, ловкость. Воспитывать взаимовыручку.	начинать искать игроков можно только тогда, когда палочка найдена и положена в круг. Названный по имени игрок должен сразу выйти из укрытия. Пленника спасает игрок, добежавший до палки раньше пастуха.	Материал: считалка, палка, длиной 50 см
Февраль	Русская народная игра. «Два мороза»	Продолжать развивать ловкость, быстроту реакции. Закрепить умение действовать согласно правилам.	Те из ребят, которых коснулся Мороз, застывают на месте и остаются так стоять до конца перебежки.	Материал: расчертить линии.
Март	Татарская народная игра «Займи место»	Познакомить детей с новой татарской игрой. Развивать ритмичность движений, упражнять в быстром беге.	круг должен сразу остановиться при слове «беги». Во время бега нельзя касаться стоящих в кругу.	Материал: считалка, иллюстрации из альбома «Все о народах Урала», подборка сказок народов Урала.
Апрель	башкирская народная забава «Стрелок»	Познакомить с новой Башкирской игрой. Упражнять в: – ловкости; – метании мяча; умении ориентироваться.	В начале игры стрелком становится тот, кто после внезапной команды «Сеть!» присел последним.	Материал: Мяч. Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м одна от другой.
Май	Татарская народная игра «Перехватчики»	Познакомить с новой татарской игрой. Упражнять в беге в рассыпную через площадку. Воспитывать честность	Правила игры. Водящий ловит игроков, прикасаясь к их плечу рукой.	Материал: считалка.

Летний оздоровительный период	Удмуртская народная игра «Догонялки»	Познакомить с удмуртской народной игрой. Упражнять в беге с увертыванием. Учить находить общее с русской народной игрой «Ловишки» и различия с татарской игрой «Ловишки»	Правила игры. Когда осалены 3-4 игрока, все снова собираются в круг и считалкой выбирают нового водящего.	Материал: иллюстрации из альбом «Все о народах Урала», подборка сказок народов Урала.
	Удмуртская народная игра «Игра с платочком»	Познакомить с новой удмуртской игрой. Закреплять бег друг за другом. Воспитывать внимание, взаимопонимание.	играющий убегает только тогда, когда получит платочек. Когда ведущий с платочком пойман вторым ведущим, то второму ведущему дается платочек, а следующий ведущий выбирается из числа детей, стоящих парами. Игра начинается по сигналу.	Материал: считалки
	Русская народная игра. «Круговая лапта»	Познакомить детей с новой Русской игрой.	Если водящим игроком пойман мяч, но выручать им некого (нет выбывших из игры), то он имеет право в дальнейшем оставить в кругу первого осаленного игрока.	Материал: мяч для лапты.
	Русская народная игра. «Вышибала»	Познакомить с новой Русской игрой. Упражнять в: – метании мяча в цель; – беге с изменением направления; – ловкости; умении ориентироваться в пространстве.	Если же последнего игрока выбили, то первые выбывшие становятся вышибалами и игра продолжается.	Материал: мяч.
	Марийская народная игра «Катание мяча»	Познакомить с новой марийской игрой. Упражнять в прокатывании мяча. Воспитывать ловкость, меткость.	Правила игры. Мяч надо катить, а не бросать в ямку. Нельзя заступать за черту, от которой катят мяч.	Материал: иллюстрации из альбома «Все о народах Урала», подборка сказок народов Урала.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ВО II МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «1 сентября» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №1 , ст.27	2-я неделя Тема «кошки, собаки» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №2 , ст.28	3-я неделя Тема «магазин игрушек» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №3 , ст.29	4-я неделя Тема «безопасность дорожного движения» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №4 , ст.31	<p><u>Физическая культура:</u> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч 2-мя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой», создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД.</p> <p><u>Социализация:</u> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых</p>
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>					
Вводная часть	<p>Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором , ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен</p>				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	<p>1.Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2.Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.</p>	<p>1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2.Подпрыгивать на 2х ногах на месте.</p>	<p>1.Ходьба по бревну приставным шагом 2.Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.</p>	<p>1Ходьба по рейке, положенной на пол 2.Подлезать под шнур. 3.Катание мяча друг другу</p>	

Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.. <i>Коммуникация:</i> помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом. <i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	

ОКТАБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «день дошкольного работника» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №5 , ст.32	2-я неделя Тема «удивительный мир животных» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №6 , ст.34	3-я неделя Тема «неднля здоровья» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №7 , ст.36	4-я неделя Тема «овощи и фрукты» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №8 , ст.37	<i>Физическая культура:</i> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направления, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания,
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил</p>					

поведения в д/с.					<p>умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.</p> <p><u>Здоровье:</u>;воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей</p> <p><u>Социализация:</u>:развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.</p> <p><u>Безопасность:</u> учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег в рассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
Подвижные игры	«Поезд»,	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
Малоподвижные игры	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладшки»	

НОЯБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «обитатели леса» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №9 , ст.39	2-я неделя Тема «прибываем в дождеград» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №10 , ст.40	3-я неделя Тема «в гостях у кукол» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №11 , ст.42	4-я неделя Тема «шел колючий ежик» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №12 , ст.43	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>					<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки,	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2. Прокатывание мяча через ворота	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с	

	положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	3. Ходьба по бревну приставным шагом	четвереньках. 3.Прыжки вокруг предметов	перешагиванием через кубики 3.Метание мяча в горизонтальную цель	<i>Социализация:</i> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Коммуникация:</i> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»	
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	

ДЕКАБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «неделя семьи» «26.11.день матери» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №1 13 , ст.45	2-я неделя Тема «белый снег пушистый» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №14 , ст.46	3-я неделя Тема «цирк, цирк, цирк» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №15 , ст.47	4-я неделя Тема «неделя новогодних игр» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №16 , ст.48	<i>Физическая культура:</i> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. <i>Здоровье:</i> дать

Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.					представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ. упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. <u>Социализация:</u> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. <u>Безопасность:</u> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. <u>Коммуникация:</u> развивать диалогическую форму речи
Вводная часть	Ходьба и бег враспынную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
Подвижные игры	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

ЯНВАРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «дело было в январе»	2-я неделя Тема «белый снег пушистый»	3-я неделя Тема «снеговик – морковный нос»	4-я неделя Тема «зимние виды спорта»	
					<u>Физическая культура:</u>

	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №17 , ст.50	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №18 , ст.52	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №19 , ст.53	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №20 , ст.55	<p>упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><u>Здоровье:</u> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><u>Социализация:</u> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><u>Безопасность:</u> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p><u>Коммуникация:</u> развивать диалогическую форму речи</p>
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2.Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
Подвижные игры	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

ФЕВРАЛЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «неделя исследований» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №21 , ст.57	2-я неделя Тема «кто что делает» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №22, ст.58	3-я неделя Тема «знакомство с профессиями» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №23 , ст.59	4-я неделя Тема «день защитника Отечества» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №24 , ст.61	<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх,</p>
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь	

				руками пола.	поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
Подвижные игры	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж. «Задует свечи»	<u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом

МАРТ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «уши мыть или не мыть» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №25 , ст.63	2-я неделя Тема «международный женский день» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №26 , ст.64	3-я неделя Тема « дружба крепкая не ломается» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №27 , ст.65	4-я неделя Тема «неделя театра и музыки» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №28 , ст.66	<u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить
	<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>				

Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				мяч, брошенный воспитателем. <u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	
Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимн. стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	

АПРЕЛЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «неделя детской книги»	2-я неделя Тема «неделя здоровья» Л.И.	3-я неделя Тема «беседы о весне» Л.И.	4-я неделя Тема «насекомые» Л.И.	
					<u>Физическая</u>

	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №29 , ст.68	Пензулаева«Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №30 , ст.69	Пензулаева«Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №31 , ст.70	Пензулаева«Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №32 , ст.71	<i>культура:</i> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем. <i>Здоровье:</i> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <i>Социализация:</i> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Коммуникация:</i> помогать детям посредством речи
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	

Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
--------------------	------------	------------------	------------------------------	---------------------------------	-------------------------------------------------------

МАЙ (МЛАДШАЯ ГРУППА)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя Тема «30.04.день пожарной охраны» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №33 , ст.73	2-я неделя Тема «поедем, полетим, поплывем» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №34 , ст.73	3-я неделя Итоговые мероприятия Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №35, ст.74	4-я неделя Тема «неделя игр» Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» №36, ст.75	<p><u>Физическая культура:</u> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических</p>
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>					
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	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
Основные	1. Ходьба по	1. Ходьба по	1. Ходьба по	1 Прыжки из	

виды движений	гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	упражнений, в подвижных играх.активность. <u>Здоровье</u> :воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей,формировать желание вести здоровый образ жизни. <u>Социализация</u> :развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. <u>Коммуникация</u> :развивать диалогическую форму речи. <u>Безопасность</u> : не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека
Подвижные игры	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

Неделя/Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
СЕНТЯБРЬ						
I неделя / <i>Что нам лето подарил о?</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа № 1, ст.20	Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.) Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Комплекс ОРУ «Игрушки»	1. Равновесие - ходьба и бег между двумя линиями 2. Прыжки-подпрыгивания с поворотом вокруг себя	«Найди себе пару»	Ходьба в колонне по одному, помахая платочком над головой.
				3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.		
II неделя/ <i>Вместе весело играть, танцевать и рисовать.</i>	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа № 4, ст. 22	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	ОРУ с флажками	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу	«Самолеты».	Ходьба в колонне по одному.
				3. Ползание на четвереньках по прямой.		

<p>III неделя/ <i>Наши старши е друзья и наставн ики.</i></p>	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа № 7, ст.25</p>	<p>Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег враспынную</p>	<p>ОРУ С мячом</p>	<p>1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола 3. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. 4.Лазание под дугу. 5. Прыжки на двух ногах между кубиками.</p>	<p>«Огуречик, огуречик...»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой.</p>
<p>IV неделя/ <i>Кто я? Что я знаю о себе?</i></p>	<p>Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа № 10, ст.28</p>	<p>Построение в три колонны. Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!»</p>	<p>ОРУ с малыми обручами</p>	<p>1. Равновесие: ходьба на носках по доске. 2. Лазанье под шнур (дугу), не касаясь руками пола, в группировке (8-10 раз). 3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>«У медведя во бору».</p>	<p>Игра малой подвижности «Где постучали?».</p>

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	

ОКТАБРЬ						
<p>Инеделя <i>Волшебница осень.</i></p>	<p>Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №13 , ст.31</p>	<p>Ходьба в колонне по одному/Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании)</p>	<p>ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром).</p>	<p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета</p>	<p>«Кот и мыши».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».</p>
<p>II неделя/ <i>Наши друзья – животные.</i></p>	<p>Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №16 ,</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке , ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p>	<p>ОРУ «Мы сильные»</p>	<p>1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах 2. Прокатывание мячей друг другу</p>	<p>«Автомобили»</p>	<p>«Автомобил и поехали в гараж» (в колонне по одному)</p>

	ст. 34					
III неделя/ <i>Мой дом - мой поселок.</i>	Развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №19 , ст. 36	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски Упражнения в ходьбе и беге Построение в круг	ОРУ С мячом	1. Прокатывание мяча в прямом направлении. 2. Лазание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Прыжки на двух ногах. 4. Подбрасывание мяча двумя руками.	«У медведя во бору»	«Угадай где спрятано?»
IV неделя/ <i>Удивительный предмет новый мир.</i>	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе и беге в рассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №22 , ст. 37	Построение в шеренгу, проверка осанки и равновесия; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную.	ОРУ С кеглей	1. Лазанье под дугу 2. Равновесие – ходьба по доске 3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами. 4. Прокатить мяч по дорожке.	«Кот и мыши».	Игра «Угадай кто позвал?»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
НОЯБРЬ						
Инеделя/ <i>Труд взрослых</i> . <i>Професси.</i> <i>ЖД професси.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №25 , ст..40	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.	ОРУ с кубиком	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками.	Подвижная игра «Салки».	«Найди и промолчи»
Инеделя/ <i>Поздняя осень</i>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №28 , ст. 42	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег враспынную; ходьба на носках, «как мышки».	Общеразвивающие упражнения без предметов	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мячей друг другу.	Подвижная игра «Самолеты».	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».
Инеделя/ <i>Семья и семейные</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко	Общеразвивающие упражнения с мячом	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой	Подвижная игра «Лиса и куры».	Ходьба в колонне по одному.

<i>традиции.</i>	четвереньках Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №31, ст.44	поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег враспынную.		на ладони и колени		
				3. Прыжки на двух ногах между предметами.		
IVнеделя/ <i>Наши добрые дела.</i> (дружба, помощь, забота)	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №34, ст.44	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	ОРУ с флажками	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе	Подвижная игра «Цветные автомобили».	Ходьба в колонне по одному.
				3. Прыжки на двух ногах до кубика или кегли.		

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ДЕКАБРЬ						
Неделя/ <i>Зеленые друзья</i>	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по	Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег враспынную по сигналу	Общеразвивающие упражнения с платочком (снежинкой)	1. Равновесие – ходьба по шнуру. 2. Прыжки через 4-5 брусков	Подвижная игра «Лиса и куры».	Игра малой подвижности и «Найдем цыпленка».

ья (мир комн атн ых рас тен ий)	уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №1 , ст.49	перестроение в колонну		3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами.		
П неде ля/ Мал ьчик и и дево чки.	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №4 , ст.51	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.	Общеразвивающ ие упражнения с мячом. (Снежками)	1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами	Подвижная игра «У медведя во бору»	Игра малой подвижност и с речевым сопровожде нием «Снеговик»
				3. Бег по дорожке (ширина 20см)		
Шне деля / Зиму шка – Зим а.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №7 , ст.53	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную	Общеразвивающ ие упражнения. «В лес на новогоднюю елку»	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Зайцы и волк»	Игра малой подвижност и «Где спрятался зайка?»
				3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.		

IVне деля / <i>Нар одно е тво рчес тво</i> – куль тур а и тра дици и. <i>Нов огод ние чуде са.</i>	Упражнять в выполнении действий по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №10, ст.55	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную	Обще развивающие упражнения с кубиками.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, до лежащего на полу, обруча	Подвижная игра «Птички и кошка».	Ходьба в колонне по одному.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------	-----------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------

Нед еля/ Тем а неде ли	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключитель ная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ЯНВАРЬ						
Инеде ля/ неде ли	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое	Ходьба в колонне по одному; ходьба	ОРУ с обручем	1. Равновесие-ходьба по канату: пятки на канате,	«Кролики».	Ходьба в колонне по одному.

	равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №13 , ст.58	и бег между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу.		носки на полу, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева (2-3 раза).		Игра малой подвижностью и «Найдем кролика!».
				3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.		
Пнedeля/ <i>Игра</i> – <i>отдыхай</i> (неделя <i>игры, каникулы</i>).	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №16 , ст.60	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег в рассыпную (2-3 раза).	ОРУ С мячом	1. Прыжки с гимнастической скамейки (высота 25 см) (4-6 раз). 2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз). 3. Отбивание малого мяча одной рукой о пол. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. 5. Ходьба на носках между предметами.	«Найди себе пару».	Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу «Снежинки!» - остановится, покружится, «Ветер» - остановиться покачать руками.
Пнedeля/ <i>Юные</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их;	Ходьба в колонне по одному; ходьба	ОРУ с косичкой	1. Отбивание мяча о пол. 2. Ползание по	Подвижная игра «Лошадки»	Ходьба в колонне по одному в

волшебники Неделя творчества	Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №19, ст.62	и бег между предметами «змейкой». Ходьба с перешагиванием через шнуры. Ходьба в колонне по одному.		гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.		обход зала.
				3. Прокатывание мячей друг другу в парах. 4. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед.		
IV неделя/ Почемучки (неделя познания).	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №22, ст.64	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег в рассыпную	ОРУ с обручем	1. Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.	Подвижная игра «Автомобили».	Ходьба в колонне по одному.
				3. Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами.		

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ФЕВРАЛЬ						
I неделя/ Зимни	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через	Ходьба в колонне по одному, ходьба	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке.	Подвижная игра «Котята и щенята».	Игра малой подвижности «Что из

<i>е забавы. Зимние виды спорта.</i>	предметы, в равновесии; упражнять в подпрыгивании вверх. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №25, ст.66	и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны		2. Прыжки через бруски		чего сделано»
				3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу		
<i>Пнеделя/ Волшебные слова и поступки.</i>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №28, ст.68	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя:»Ст ой!» -остановка.	ОРУ «На стульях»	1.Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами	«У медведя во бору».	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет
				3.Прыжки на двух ногах 4. Прокатывание мячей друг другу		
<i>Шнеделя/Наша мужчины - защитники Отечества.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закрепить навык ползания на четвереньках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №31, ст.70	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны;	ОРУ с мячом	1.Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	«Воробышки и автомобиль»	Ходьба в колонне по одному.
				1. Метание мешочков в вертикальную цель. 2. Ползание по гимнастической		

		переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.		скамейке на четвереньках. 3. Прыжки на двух ногах между предметами		
IVнеделя/ <i>Будь осторожен!</i> ОБЖ.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №34 , ст.71	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие – перешагивание через набивные мячи. 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком. 3. Прыжки на правой и левой ноге	«Перелет птиц»	Ходьба в колонне по одному.

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
МАРТ						
IVнеделя/ <i>О любви мамочки</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег врассыпную с остановкой по	Общеразвивающие упражнения.	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева	Подвижная игра «Перелет птиц».	Игра малой подвижностью и «Найди и промолчи».

<i>бабушках.</i>	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №1 , ст.73	сигналу воспитателя.		1.Равновесие – ходьба и бег по наклонной доске. 2.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку		
<i>Пнedeля/Пoмoгaем вpocлым.</i>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №4 , ст.75	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную. Ходьба на сигнал воспитателя.	ОРУ с обручем	1.Прыжки в длину с места 2.Перебрасывание мячей через шнур. 3.Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы 4.Прокатывание мяча друг другу	Подвижная игра «Зайка беленький».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижност и «Найдем зайку»
<i>Шнеделя/Искусство и культура.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №7 , ст.77	Ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	Обще развивающие упражнения с мячом.	1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 4. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Самолеты»	Игра малой подвижност и.

IVнеделя/ <i>Удивительный и волшебный мир книги. Растем здоровыми, активными, жизнерадостными.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №10 , ст.79	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться	Обще развивающие упражнения с флажками	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки через 5-6 шнуров	Подвижная игра «Охотник и зайцы»	Игра малой подвижност и «Найдем зайку».
				4. Лазанье по гимнастической стенке 5. Ходьба по доске, лежащей на полу		

Неделя/ <i>Тема недели</i>	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
АПРЕЛЬ						
IVнеделя/ <i>Весна – красна!</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №13 , ст.81	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагивание	Обще развивающие упражнения.	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через препятствия	Подвижная игра «Пробеги тихо».	Игра малой подвижност и «Угадай кто позвал»

		м через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются				
Пнеделя/ <i>Пернатые соседи и друзья.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №16», ст.83	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по	ОРУ с кеглей	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой	Подвижная игра «Совушка»	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.

		<p>кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег в рассыпную.</p>				
<p>Шнед еля/ Доро жная грамо та.</p>	<p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №19 , ст.85</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками- «крылышками» . Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>ОРУ с мячом</p>	<p>1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

IVнед еля/ Лесн ые превр ащен ия.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа№22, ст.87	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	Обще развивающие упражнения с косичкой	1. Равновесие	Подвижная игра «Птички и кошка»	Ходьба в колонне по одному.
				2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч		

Недел я/ Тема недел и	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключитель ная часть
			Общеразвивающ ие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАЙ						
Iнедел я/ Моя Стран а, моя Родин	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в	Общеразвивающ ие упражнения	1. Ходьба по доске (ширина 15 см 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров	Подвижная игра «Котята и щенята»».	Игра малой подвижност и.

а.	прыжки в длину с места. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №25, ст.89	три колонны.		3. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками		
Шнеделя/ Путешествие в страну загадок, чудес, открытий, экспериментов.	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №28, ст.90	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег враспынную по всему залу.	Общеразвивающие упражнения с кубиком.	1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу	Подвижная игра «Котята и щенята».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижностью по выбору детей.
				3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).		
Шнеделя/ Путешествие по экологической тропе.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №31, ст.92	Ходьба в колонне по одному бег враспынную на сигнал воспитателя.	Общеразвивающие упражнения с палкой	1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе	Подвижная игра «Зайцы и волк».	Игра малой подвижностью и «Найдем зайца».
				3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). 4. Прыжки через короткую скакалку.		
IVнеделя/ Водоём и	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении	Ходьба в колонне по одному, бег в	Общеразвивающие упражнения с	1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на	Подвижная игра «У медведя во	Ходьба в колонне по одному.

<i>его обитатели. Аквариум.</i>	устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. в лазании на гимнастической стенке. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №34, ст.93	колонне по одному, ходьба в полуприсяде.	мячом	голове	бору».	
				2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева		
				1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее		
				2. Равновесие - ходьба по доске		

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

Неделя/Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
СЕНТЯБРЬ						
I неделя / <i>1 сентября</i> – <i>День знаний,</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия, в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе	ОРУ	1. Равновесие -ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах.	«Мышеловка»	Игра малой подвижностью и «У кого мяч?»

	культура в детском саду. Старшая группа № 1, ст.14	(колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба враспынную, бег враспынную; перестроение в колонну по одному в движении.		4. Броски мяча о пол между шеренгами одной рукой и ловля его двумя руками.		
II неделя/ <i>Еда вкусная и полезная</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа № 4, ст. 18	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному на носках, руки на поясе, ходьба и бег между предметами,	ОРУ с мячом	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Подбрасывание малого мяча вверх двумя руками 3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин). 4. Ползание на четвереньках между предметами.	«Фигуры».	Ходьба в колонне по одному.
III неделя/ <i>неделя безопасности дорожного движения.</i>	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; в подбрасывании мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа № 7, ст.20	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному (до 1 мин).Переход на обычную ходьбу.	ОРУ	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом. 3. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его. 4. Перебрасывание мячей друг другу. 5. Ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному.

IV неделя/ <i>Наши детский сад</i>	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа № 10, ст.23	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному.	ОРУ с гимнастической палкой.	1. Пролезание в обруч боком. 2. Перешагивание через бруски или кубики. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен	«Мы веселые ребята».	Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук.
				4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.		

Неделя/ <i>Тема недели</i>	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	

ОКТАБРЬ

Неделя <i>Удивительный мир животных.</i>	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 мин; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №13, ст.27	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба в колонне по одному; бег колонной по одному продолжительностью до 1 мин.; переход на ходьбу.	ОРУ	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Бросание мяча двумя руками от груди.	«Перелет птиц».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
				4. Передача мяча двумя руками от груди из исходного положения.		

<p>II неделя/<i>Неделя здоровья</i></p>	<p>Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №16, ст. 29</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Поворот!». Бег с перешагиванием через бруски.</p>	<p>ОРУ С гимнастической палкой</p>	<p>1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижностью и «У кого мяч?»</p>
<p>III неделя/<i>Хлеб всему голова</i></p>	<p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №19, ст. 32</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Бег в рассыпную.</p>	<p>ОРУ с малым мячом</p>	<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель. 2. Лазание - подлезание под дугу прямо и боком. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 4. Ползание на четвереньках между предметами. 5. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p>	<p>«Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV неделя/<i>Как от холода спастись</i></p>	<p>Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №22, ст. 34</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Ходьба в колонне по два, на сигнал воспитателя: «Поворот!». Бег в рассыпную; ходьба</p>	<p>ОРУ с обручем</p>	<p>1. Пролезание в обруч боком. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перешагнуть через предмет. 3. Прыжки на двух ногах на препятствие. 4. Ползание на</p>	<p>«Гуси-лебеди».</p>	<p>Игра малой подвижностью и «Летает — не летает».</p>

		и бег в колонне по одному.		четвереньках с преодолением препятствий. 5. Прыжки на препятствие.		
--	--	----------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------	--	--

Неделя/Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
НОЯБРЬ						
Неделя/ <i>Россия – Родина моя</i>	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мяча в шеренгах. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №25, ст. 38	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба с высоким подниманием колен, бег враспынную, бег между предметами.	ОРУ с малым мячом	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки на правой и левой ноге продвигаясь вперед. 3. Броска мяча двумя руками снизу. 4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы.	Подвижная игра «Пожарные на учении»	«Найди и промолчи»
Неделя/ <i>Кофты и кафтаны</i>	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения (к окну, к двери, к флажку или кегле и т. д.). Бег между кеглями,	ОРУ	1. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом	Подвижная игра «Не оставайся на полу».	Игра малой подвижности по выбору детей.

	<p>ведении мяча между предметами. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №28 , ст. 41</p>	<p>поставленными в один ряд. Ходьба и бег чередуются.</p>		<p>4. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p>		
<p>Шнеделя/ Неделя правовой помощи детям</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами; в равновесии; повторить упражнения с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №31 , ст.43</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами.</p>	<p>ОРУ с мячом (большой диаметр)</p>	<p>1. Ведение мяча одной рукой с продвижением вперед 2. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 5. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</p>	<p>Подвижная игра «Удочка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IVнеделя/ Неделя семьи, моя родословная. День матери</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №34 , ст.45</p>	<p>Ходьба в колонне по одному по сигналу воспитателя с выполнением «фигуры»; бег враспынную. Ходьба и бег в чередовании.</p>	<p>ОРУ на гимнастической скамейке.</p>	<p>1. Лазанье — подлезание под шнур. 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 3. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета 4. Ходьба между предметами на носках.</p>	<p>Подвижная игра «Пожарные на учении».</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?»</p>

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключите льная часть
			ОРУ	Основные движения	Подви жные игры (ПИ)	
ДЕКАБРЬ						
Неделя/ <i>Государственные символы России</i>	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие: повторить перебрасывание мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №1 , ст.47	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. Ходьба и бег с чередованием.	ОРУ с обручем	1. Ходьба по наклонной доске боком. 2. Прыжки на двух ногах через бруски. 3. Броски мяча двумя руками из-за головы. 4. Ходьба по наклонной доске прямо.	Подвижная игра «Ловишки с ленточками».	«Сделай фигуру»
II неделя/ <i>Наш быт</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №4 , ст.50	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба бег по кругу в чередовании.	ОРУ с флажками и	1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 2. Броска мяча двумя руками вверх и ловля его. 3. Ползание на четвереньках между предметами. 4. Прокатывание набивного мяча.	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «У кого мяч?».
III неделя/ <i>Животные севера</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, повторить ползание по гимнастической скамейке;	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал	ОРУ	1.Перебрасывание мячей большого диаметра. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. Ходьба по	Подвижная игра «Охотники и зайцы»	Игра малой подвижности «Летает — не летает».

	упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №7, ст.52	воспитателя остановиться и «сделать фигуру», затем снова ходьба; бег враспынную.		гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Ползание с мешочком на спине на четвереньках.		
IV неделя/ Неделя новогодних игр	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №10, ст.54	Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег враспынную.	ОРУ	1. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. 3. Прыжки на двух ногах между предметами. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.	Подвижная игра «Хитрая лиса».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ЯНВАРЬ						
IV неделя/Тема Цирковое представление	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в	ОРУ с кубиком	1. Равновесие — ходьба и бег по наклонной доске. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 3. Метание — броски мяча в шеренгах.	Подвижная игра «Медведи и пчелы».	Игра малой подвижности по выбору детей.

	на ногу, забрасывании мяча в кольцо. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №13, ст.58	шахматном порядке.		4. Прыжки на двух ногах через набивные мячи.		
Пнеделя/ <i>Пу тешествие на север</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №16, ст.60	Построение в шеренгу. Ходьба по кругу вправо, бег по кругу, затем в левую сторону.	ОРУ с веревкой (шнуром)	1. Прыжки в длину с места. 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх. 4. Перебрасывание мячей двумя руками снизу.	Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному.
Шнеделя/ <i>Там где нет зимы</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задания в равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа №19, ст.62	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба между предметами «змейкой»; бег в рассыпную.	ОРУ на гимнастической скамейке	1. Перебрасывание мяча друг другу. 2. Пролезание в обруч боком. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 4. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове.	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности по выбору детей.
IVнеделя/ <i>Н еделя зимних видов спорта</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Л.И. Пензулаева «Физическая	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и	ОРУ с обручем	1. Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Подвижная игра «Хитрая лиса».	Ходьба в колонне по одному.

	культура в детском саду. Средняя группа №22, ст.64	другую сторону.		3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги вместе, ноги врозь. 4. Ведение мяча в прямом направлении. 5. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову.		
--	-------------------------------------------------------	-----------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Неделя/Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ФЕВРАЛЬ						
Неделя/ <i>Исследования</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в беге продолжительностью до 1 мин; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №25, ст.67	Ходьба в колонне по одному. На сигнал воспитателя ходьба враспынную, бег продолжительностью до 1 мин в умеренном темпе с изменением направления; ходьба в колонне по одному.	ОРУ с гимнастической палкой	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через бруски. 3. Забрасывание мячей в корзину (кольцо). 4. Прыжки через бруски правым и левым боком.	Подвижная игра «Охотники и зайцы»	Игра малой подвижности
Неделя/ <i>Транспорт</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках; упражнять в	Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу,	ОРУ с большим мячом	1. Прыжки в длину с места. 2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед. 3. Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Ходьба в колонне по одному.

	<p>подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №28 , ст.69</p>	<p>взявшись за руки; ходьба и бег в рассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.</p>		<p>4. Ползание на четвереньках между набивными мячами. 5. Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками.</p>		
<p>III неделя/ <i>Защитники Отечества</i></p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №31 , ст.70</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек.</p>	<p>ОРУ на гимнастической скамейке</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой. 2. Подлезание под палку (шнур). 3. Перешагивание через шнур. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 5. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p>	<p>Подвижная игра «Мышеловка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV неделя/ <i>Профессии.</i></p>	<p>Упражнять детей в непрерывном беге; в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №34 , ст.72</p>	<p>Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; переход на бег в рассыпную.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1. Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 4. Отбивания мяча в ходьбе. 5. Бросание мяча вверх и ловля его правой и левой</p>	<p>Подвижная игра «Гуси-лебеди»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

				рукой.		
--	--	--	--	--------	--	--

Неделя/Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
МАРТ						
Неделя/8 марта. О любимых мамах и бабушках.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №1, ст.75	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя выполнить поворот в другую сторону; бег с поворотами в другую сторону; бег враспынную.	ОРУ с малым мячом	1. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. 4. Прыжки на двух ногах через набивные мячи. 5. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши.	Подвижная игра «Пожарные на учении»	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»
Неделя/Бытовые приборы	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по сигналу	ОРУ	1. Прыжок в высоту с разбега. 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	Подвижная игра «Медведи и пчелы»	Ходьба в колонне по одному.

	Старшая группа №4 , ст.78	воспитателя; ходьба и бег в рассыпную между кубиками (кеглями), не задевая их.				
III неделя/ <i>неделя театра и музыки</i>	Повторить ходьбу со сменой темпа движения, упражнять в ползании по скамейке, в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №7 , ст.80	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал воспитателя ходьба со сменой темпа движения; ходьба и бег в рассыпную между предметами (кубиками).	ОРУ с кубиком	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры. 4. Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах	Подвижная игра «Стоп»	Ходьба в колонне по одному.
IV неделя/ <i>Неделя детской книги</i>	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами); в метании в горизонтальную цель; в лазании и равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №10 , ст.82	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, на сигнал воспитателя перестроение в колонны по два; ходьба и бег в рассыпную.	ОРУ с обручем	1. Лазание под шнур боком. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Ходьба на носках между набивными мячами. 4. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Ходьба в колонне по одному.

Неделя/Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
АПРЕЛЬ						
Неделя/ <i>Неделя здоровья</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №13 , ст.85	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, враспынную (в чередовании); ходьба с перешагиванием через шнуры.	ОРУ с гимнастической палкой	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки через бруски. 3. Броски мяча двумя руками из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 5. Броски малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками.	Подвижная игра «Медведи и пчелы»	Ходьба в колонне по одному.
Неделя/ <i>Неделя космонавтики</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №16 , ст.87	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами (в чередовании).	ОРУ с короткой скакалкой	1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах. 3. Пролезание в обруч.	Подвижная игра «Стой»	Ходьба в колонне по одному. Подвижная игра малой подвижности.
Неделя/ <i>Морские животные и растения</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя; повторить метание в вертикальную цель; развивать	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по	ОРУ с малым мячом	1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния. 2. Ползание по прямой, затем переползание через	Подвижная игра «Удочка»	Ходьба в колонне по одному.

	ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №19 , ст.88	одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба с перешагиванием через кубики, бег с перепрыгиванием через кубики.		скамейку. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.		
IVнеделя/ <i>Весна. Цветы</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; закреплять навык лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа№22, ст.90	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами.	ОРУ	1. Лазанье по гимнастической стенке произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом. 4. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи на носках.	Подвижная игра «Горелки»	Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?».

Неделя/тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть	Заключите
-------------	--------	---------------	----------------	-----------

			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	льная часть
МАЙ						
Неделя/ <i>неделя</i> <i>противоположной</i> <i>безопасности.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №25, ст.93	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя – «Поворот!», ходьба и бег врассыпную.	ОРУ	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Броски мяча о стену. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине скамейки присесть, встать и пойти дальше. 5. Прыжки попеременно правой и левой ногой.	Подвижная игра Мышеловка.	Игра «Что изменилось?».
Неделя/ <i>День</i> <i>Победы.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №28, ст.95	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры (по другой стороне зала);	ОРУ с флажками и	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи». 4. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния. 5. Подлезание под дугу.	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».

		ходьба и бег врассыпную.				
III неделя/ <i>Итоговые мероприятия</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №31, ст.97	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба в колонне по одному между предметами; ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с мячом	1. Броски мяча о пол одной рукой, а ловля двумя. 2. Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. 4. Ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Пожарные на учении»	Ходьба в колонне по одному.
IV неделя/ <i>Неделя игр – скоро лето.</i>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа №34, ст.99	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение «Быстро в колонны».	ОРУ с обручем	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 3. Прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ходьба с перешагиванием через бруски. 5. Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	Подвижная игра «Караси и щука»	Ходьба в колонне по одному за самым ловким игроком - щукой.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ**

Неделя/Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи тельная часть
			Общера звиваю щие упражн ения (ОРУ)	Основные движения	Подви жные игры	
СЕНТЯБРЬ						
I неделя / <i>1сентяб ря-день знаний.</i>	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 1, 2, ст.1-2	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег враспынную; бег с нахождением своего места в колонне	ОРУ	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2.Прыжки на двух ногах через шнуры 3. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком через набивные мячи.	Подви жная игра «Лови шки»	Ходьба в колонне по одному.
II неделя/ <i>«Наступ ила осень»</i>	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 3-4ст.2-3.	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу воспитателя Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу и	ОРУ с флажками	1.Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2.Перебрасывание мяча через шнур друг другу, снизу. 3.Подлезание под шнур. 4. Прыжки на двух ногах между предметами. 5. Упражнение в ползании — «крокодил».	Подви жная игра «Не оставай ся на полу»	Игра малой подвижности «Летает – не летает».

		перестроение в три колонны.				
III неделя/ «Мой город»	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 5-6 ст.4-5.	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.	ОРУ с малым мячом	1.Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3.Упражнение на умение сохранять равновесие 4. Бросание мяча правой и левой рукой попеременно. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 6. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот.	Подвижная игра «Удочка»	Ходьба в колонне по одному.
IV неделя/ Неделя безопасности дорожно го движения	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. Папка с книгой Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 7-8 ст.5-7	Ходьба и бег по кругу. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу	ОРУ с гимн. палкам и	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2.Ходьба по гимнастической скамейке. 3.Прыжки из обруча в обруч 4. Лазанье в обруч, который держит партнер. 5. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 6. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры.	Подвижная игра «Не попадишь».	Ходьба в колонне по одному.

Неделя/Т	Задачи	Вводная часть	Основная часть	Заключи
----------	--------	---------------	----------------	---------

			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	тельная часть
ОКТАБРЬ						
I неделя <i>Удивительный мир животных.</i>	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 9-10 ст.8-9	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.	ОРУ	1.Равновесие — ходьба по гимн. скамейке, руки за головой. 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. 3.Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. 4. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева. 5. Переброска мячей друг другу парами. 6. Ходьба по гимн.скамейке боком с мешочком на голове.	Подвижная игра «Перелет птиц».	Ходьба в колонне по одному.
II неделя/ <i>Неделя здоровья</i>	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа №11-12, ст.9-10	Ходьба с изменением направления; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; бег с перепрыгиванием через	ОРУ с обручем	1.Прыжки с высоты 2.Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. 3.Ползание на ладонях и ступнях. 4. Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком.	Подвижная игра «Не оставайся на полу».	Игра малой подвижности «Эхо»

		препятствия.				
III неделя/ <i>Неделя здоровья</i>	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 13,14, 15,16, ст.10-13	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен; бег в среднем темпе.	ОРУ на гимнастической скамейке	1. Ведение мяча по прямой. 2. Ползание по гимнастической скамейке, хват рук с боков. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки 4. Ведение мяча между предметами. 5. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч.	Подвижная игра «Удочка»	Игра малой подвижности «Летает — не летает».

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
НОЯБРЬ						
I неделя/ <i>Неделя здоровья</i>	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения.	ОРУ	1. Равновесие – ходьба по канату боком. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Бросание мяча друг другу (Эстафета).	Подвижная игра «Догони свою пару»	Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?»

	культура в детском саду. Подготовительная группа № 25,26,27, ст.40-44.			4. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната. 5. «Попади в корзину». Броски мяча в корзину двумя руками — баскетбольный вариант. 6. Ходьба по канату боком .		»
II неделя/ <i>«Россия родина моя» 04.11. День народно го единств а</i>	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 28,29,30, ст.44-47	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения на носках.	ОРУ с короткой скакалкой	1. Прыжки через короткую скакалку 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах. 4. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой. 5. Передача мяча в шеренгах.	Подвижная игра «Круговая лапта»	Подвижная игра «Фигуры»
III неделя/ <i>Неделя правовой помощи детям.</i>	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 31,32,33, ст.48-51.	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, бег враспынную. Ходьбу и бег повторить в чередовании.	ОРУ с кубиками	1. Ведение мяча в прямом направлении и между кубиками. 2. Лазанье под дугу 3. Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами. 4. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м. 5. Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом на-	Подвижная игра «Перелет птиц».	Игра малой подвижности «Летает — не летает».

				<p>правления.</p> <p>6. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.</p>		
<p>IV неделя/ Неделя семьи, моя родословная. 27.11. День матери.</p>	<p>Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие; повторить прыжки на правой и левой ноге.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 34,35,36, ст.51-55.</p>	<p>Ходьба и бег между предметами. Ходьба змейкой между кеглями и кубиками. Ходьба и бег врассыпную. Построение в три колонны.</p>	ОРУ	<p>1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через шнур.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>4.Бросание мяча о стенку.</p> <p>5. Ходьба на носках по гимн. скамейке.</p> <p>6. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.</p>	Подвижная игра «Фигуры»	Ходьба в колонне по одному.

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ДЕКАБРЬ						
I неделя/ «Зима»	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в	Ходьба и бег с различными положениями рук, бег в	ОРУ в парах	1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи	Подвижная игра «Хитра	Ходьба в колонне по одному.

	<p>усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 37,38,39, ст.56-59.</p>	<p>рассыпную.</p>		<p>2.Прыжки на двух ногах между предметами</p> <p>3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>5. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах.</p> <p>6. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.</p>	<p>я лиса».</p>	
<p>II неделя/ «Календарь»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании эстафету с мячом.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 40,41,42, ст.59-62.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал ходьба мелким, семенящим шагом; бег в рассыпную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ с гимн. палкой</p>	<p>1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед</p> <p>2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне</p> <p>3.Ползание по скамейке на ладонях и коленях</p> <p>4. Прыжки между предметами на двух ногах.</p> <p>5. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>6. Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком.</p>	<p>Подвижная игра «Ловишки с ленточкой»</p>	<p>Игра малой подвижности «Эхо»</p>

<p>III неделя/ <i>«Новый год у ворот»</i></p>	<p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 43,44,45, ст.63-66.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения, бег враспынную; чередование ходьбы и бега.</p>	<p>ОРУ с малым мячом</p>	<p>1.Подбрасывание мяча правой и левой рукой</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>4. Перебрасывание мячей в парах.</p> <p>5. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.</p> <p>6. Прыжки со скамейки на мат или коврик.</p>	<p>Подвижная игра «Воробышки - попрыгунчики»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV неделя/ <i>неделя новогодних игр.</i></p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи», повторить упражнение в прыжках и на равновесие.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 46,47,48, ст.66-69</p>	<p>Построение в шеренгу</p> <p>Перестроение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.</p> <p>2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>3.Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног.</p> <p>4.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p> <p>5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени.</p> <p>6. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Игра малой подвижности «Эхо».</p>

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ЯНВАРЬ						
I неделя/ <i>Путешествия и открытия.</i>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в прыжках на двух ногах через препятствия.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 49,50,51, ст.70-73.</p>	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу воспитателя в другую сторону; бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.	ОРУ с гимн. палкой	<p>1. Ходьба по рейке гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки произвольно.</p> <p>2. Прыжки через препятствия (набивные мячи) с энергичным взмахом рук.</p> <p>3. Ведение мяча с одной стороны зала на другую. (Ведение мяча одной рукой по ходу движения).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>5. Прокатывание мяча между предметами.</p>	Подвижная игра «День и ночь»	Ходьба в колонне по одному.
II неделя/ «человек»	<p>Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая</p>	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя выполняющая задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и	ОРУ с кубиком	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. «Поймай мяч».</p> <p>3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой.</p> <p>4. Ползание по гимнастической</p>	Подвижная игра «Совушка».	Игра малой подвижности по выбору воспитателя.

	культура в детском саду. Подготовительная группа № 52,53,54, ст.73-77.	бег враспынную.		скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.		
III неделя/ <i>Неделя «профес- сии»</i>	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под шнур. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 55,56,57, ст.77-81.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег с перепрыгиванием через набивной мяч. Ходьба в рассыпную.	ОРУ с мячом малого диаметра	1. Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками. 2. Лазанье под шнур правым и левым боком. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием кубиков. 4. Переброска мячей друг другу. 5. Ползание на ладонях и коленях под шнур в прямом направлении. 6. Ходьба на носках, между предметами.	Подвижная игра «Удочка».	Игра малой подвижности по выбору детей.
IV неделя/ <i>«Зимних видов спорта»</i>	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 58,59,60, ст.81-83.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения: ходьба и бег враспынную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.	ОРУ со скакалкой	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку. 4. Ползание на четвереньках между предметами, разложенными по двум сторонам зала. 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	Подвижная игра «Паук и мухи»	Игра малой подвижности по выбору детей.

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи тельная часть
			Общера звиваю щие упражн ения (ОРУ)	Основные движения	Подвиж ные игры (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
I неделя/ «Исслед ований»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 61,62,63, ст.84-87.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров»	ОРУ с обруче м	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. 4. ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 5. Прыжки между предметами. 6. Эстафета «Гонка мячей».	Подвиж ная игра «Ключ и».	Ходьба в колонне по одному.
II неделя/ «Птицы »	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча;	Ходьба в колонне по одному, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за	ОРУ с гимн. палкой	1. Прыжки — подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2.Переброска мячей друг другу.	Подвиж ная игра «Не оставай ся на	Ходьба в колонне по одному.

	<p>повторить лазанье в обруч (или под дугу).</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 64,65,66, ст.87-90.</p>	<p>спиной. Ходьба и бег враспынную.</p>		<p>3.Лазанье под шнур прямо или боком..</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между предметами.</p> <p>5. Ползание на ладонях и коленях между предметами</p>	<p>полу».</p>	
<p>III неделя/3 ащитни ки Отечес тва.</p>	<p>Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 67,68,69, ст.91-94.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу.</p> <p>Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении.</p> <p>Построение в две шеренги.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.</p> <p>2. Бросание мяча об стену и ловля его двумя руками.</p> <p>3.Ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки.</p> <p>4.«Попади в круг» (метание мешочков).</p> <p>5. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>6.Перебрасывание мячей друг другу разным способом.</p> <p>7. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p>	<p>Подвижная игра «Не попадись».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV неделя/ «Вещи которые</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами;</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба</p>	<p>ОРУ с мячом большого</p>	<p>1.Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>2.Ходьба по гимнастической</p>	<p>Подвижная игра «Жмур</p>	<p>Игра малой подвижности</p>

нам помогаю т»	повторить упражнения на равновесие и прыжки. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 70,71,72, ст.94-98.	в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную с нахождением своего места в колонне (в чередовании).	диаметра	скамейке с хлопками.	ки»	«Угадай, чей голосок?»
				3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет. 5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 6. Перебрасывание мяча друг другу.		

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи тельная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвиж ные игры	
МАРТ						
I неделя/ Междун ародный женский день.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 73,74,75, ст. 98-102.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками; ходьба и бег враспынную	ОРУ с малым мячом	1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине разойтись. 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге». 4. Бросание мяча вверх одной рукой и ловля двумя. 5. Ходьба в колонне по одному по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной.	Подвиж ная игра «Ключ и»	Ходьба в колонне по одному.

<p>II неделя/ «Быт человека »</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 76,77,78, ст.102-106.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ с флажками</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.</p> <p>2. Перебрасывание мяча через шнур.</p> <p>3. Ползание под шнур.</p> <p>4. Прыжки через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам.</p> <p>5. Переброска мячей в парах.</p> <p>6. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (на ладонях и ступнях) «по-медвежьи».</p>	<p>Подвижная игра «Мышеловка»</p>	<p>Игра малой подвижности «Затейник»</p>
<p>III неделя/ «Театра и музыки»</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 79,80,81, ст.106-109.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба на носках; ходьба в полуприсяде; ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ с гимн. палкой.</p>	<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>2. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее»).</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, на спине.</p> <p>4. Ходьба между предметами хмейкой с мешочком на голове.</p>	<p>Подвижная игра «Волк во рву».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV неделя/ Неделя книги.</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1. Лазанье на гимнастическую стенку.</p> <p>2. Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи.</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>

	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 82,83,84, ст.109-113.	остановкой по сигналу педагога.		3. Перебрасывание мячей в парах произвольным способом. 4. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 5. Лазанье под шнур прямо и боком. 6. Передача мяча в шеренге. 7. Прыжки через короткую скакалку на месте, и продвигаясь вперед.		
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Неделя/ Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
Апрель						
I неделя/ Неделя здоровья	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Игровое упражнение «Быстро возьми». Ходьба в колонне	ОРУ с малым мячом	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной.	Подвижная игра «Хитра»	Ходьба в колонне по одному.

	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 85,86,87, ст.113-116.	по одному, ходьба вокруг кубиков.		<p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах.</p> <p>4. Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p>5. Прыжки через короткую скакалку на месте, и продвигаясь вперед.</p> <p>6. Переброска мячей друг другу в парах.</p>	я лиса».	
II неделя/ Космические просторы.	<p>Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 88,89,90, ст.117-120.</p>	Ходьба и бег в колонне по одному; переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; ходьба и бег враспынную.	ОРУ с обручем	<p>1. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>2. Броски мяча друг другу в парах.</p> <p>3. Ползание на четвереньках — «Кто быстрее до кубика».</p> <p>4. Лазанье под шнур в группировке.</p>	Подвижная игра «Мышеловка».	Ходьба в колонне по одному.
III неделя/ Неделя безопасности (ПДД).	<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 91,92,93, ст.120-124.</p>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную.	ОРУ	<p>1. Метание мешочков на дальность — «Кто дальше бросит».</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы.</p>	Подвижная игра «Ловишки».	Игра малой подвижности «Затейник»

				<p>4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»).</p> <p>5. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.</p> <p>6. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно.</p>		
<p>IV неделя/ День Земли. Единство и дружба народов планеты Земля.</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 94,95,96, ст.124-128.</p>	<p>Ходьба и бег с выполнением заданий. Игровое задание «Найди свой цвет».</p>	<p>ОРУ на гимнастических скамейках</p>	<p>1. Бросание мяча в шеренгах.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Передача мяча ногой (с элементами футбола).</p> <p>4. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове.</p> <p>5. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно.</p> <p>6. Бег друг за другом.</p>	<p>Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

Неделя/	Задачи	Вводная часть	Основная часть	Заключи
---------	--------	---------------	----------------	---------

			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	Игровая часть
МАЙ						
I неделя/ День Великой Победы	<p>Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 97,98,99, ст.128-131.</p>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную.	ОРУ с обручем	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг.</p> <p>2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Броски мяча о стену и ловля его после отскока.</p>	Подвижная игра «Совушка».	Игра малой подвижности «Великаны и гномы».
			<p>4. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись.</p> <p>5. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах между предметами («Кто быстрее»).</p>			
II неделя/ Опыты и эксперименты	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физическая</p>	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба	ОРУ с мячом (большой диаметр)	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3. Пролезание в обруч прямо и боком.</p>	Подвижная игра «Горелки».	Игра малой подвижности «Летает — не

<i>менты.</i>	культура в детском саду. Подготовительная группа № 100,101,102, ст.131-135.	и бег врассыпную.		4. Прыжки в длину с разбега. 5. Метание мешочков в вертикальную цель. 6. Ходьба между предметами с мешочком на голове.		летает».
III неделя/ <i>«Права ребенка»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа № 103,104,105, ст.135-138.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег врассыпную.	ОРУ	1.Метание мешочков на дальность. 2. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 4. Метание мешочков на дальность. «Кто дальше бросит». 5. Ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. 6. Пролезание по шнур прямо и боком в группировке («комочком»).	Подвижная игра «Воробы и кошка»	Ходьба в колонне по одному.
IVнеделя/ <i>«Скоро в школу»</i>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа №	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя выполнять действия. Ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с гимн. палкам и	1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 3.Прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках — «по-	Подвижная игра «Охотники и утки».	Игра малой подвижности «Летает — не летает».

	106,107,108, ст.139-142.			медвежьи». 5. Прыжки между предметами на правой и левой ноге. 6. Ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове.		
--	--------------------------	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

