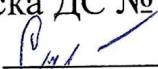


## СОГЛАСОВАНО

на заседании педагогического совета  
протокол от 25.05.2021г. № 4

## ПРИНЯТО

с учетом мнения совета родителей МАДОУ города  
Нижневартовска ДС № 78 «Серебряное копытце»  
Председатель  О.А. Смелова

## УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего МАДОУ города Нижневартовска



ДС № 78 «Серебряное копытце»

Е.В. Кулябина

25.05.2021г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
города Нижневартовска детского сада № 78 «Серебряное копытце»  
( образовательная область «Физическое развитие»)

Составитель  
инструктор по физической культуре

г. Нижневартовск

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1.	Пояснительная записка	
1.1.1.	Цели и задачи рабочей программы.	
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы.	
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики	
1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	
1.2.1.	Целевые ориентиры дошкольного образования в соответствии ФГОС	
1.2.2.	Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования	
1.2.3.	Педагогическая диагностика	
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО и содержанием основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е.Вераксы	
2.2.	Содержание психолого-педагогической работы	
2.2.1	Основные цели и задачи образовательной области «Физическое развитие»	
2.3	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	
2.4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	
2.5.	Способы и направления поддержки детской инициативы	
2.6.	Особенности взаимодействия педагогов группы с семьями воспитанников	
2.7.	Часть формируемая участниками образовательных отношений	
2.7.1	Наиболее существенные характеристики содержания Программы (специфика национальных, социокультурных и иных условий)	
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
3.1.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы	
3.2.	Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания	
3.3.	Планирование образовательной деятельности	
3.3.1.	Проектирование образовательного процесса	
3.3.2.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	
3.4.	Режим дня	
3.4.1.	Годовой календарный учебный график МАДОУ г. Нижневартовска ДС №60 «Золушка» на 2018- 2019учебный год	
3.4.2.	Объем образовательной нагрузки	
3.4.3.	Расписание непосредственно – образовательной деятельности для детей дошкольного возраста (3года – 7 лет) групп общеразвивающей направленности	
3.4.4.	Расписание образовательной деятельности при 12 часовом пребывании для детей дошкольного возраста (3г.-7л.) в холодный период года	
3.5.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	
3.6.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	
<b>IV.</b>	<b>Дополнительный раздел</b>	
4.1.	Перечень нормативных и нормативно – методических документов	
4.2.	Перечень литературных источников	
	Приложение 1	
	Приложение 2	
	Приложение 3	
	Приложение 4	
	Приложение 5	
	Приложение 6	
	Приложение 7	
	Приложение 8	

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре определяет содержание, объем, порядок физического развития обучающихся, планируемые результаты. В программе отражено планирование, организация и управление образовательным процессом в соответствии с возрастной категорией обучающихся (воспитанников)

Учебная дисциплина, предусмотрена соответствующей образовательной программой: физическая культура.

Нормативный срок обучения- 1 год

Форм обучения - очная.

Язык, на котором осуществляется образование (обучение)- русский.

При реализации образовательной программы не предусмотрены элементы электронного обучения и дистанционные образовательные технологии.

Рабочая программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей, формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа направлена на:

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

Программа включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений (вариативную часть). Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Объем обязательной части Программы составляет не менее 60% от ее общего объема; вариативной части не более 40%.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами федерального, регионального, муниципального уровней и локальными актами МАДОУ г. Нижневартовска ДС №78 «Серебряное копытце»:

- Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 21.12.2012 г.);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, (зарегистрирован в Минюсте РФ 14.11.2013 г. Регистрационный № 30384), вступившим в силу 1 января 2014 г.;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам

- дошкольного образования (утв. приказом МО и науки РФ от 30.08.2013г. №1014);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 15.05 2020 №236 «Об утверждении порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования»;
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (зарегистрировано в Минюсте РФ №61573 от 18.12.2020 г.);
  - Лицензией на право оказывать образовательные услуги по реализации образовательных программ дошкольного образования, выданной службой по контролю и надзору в сфере образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры (серия 86ЛОИ №0001219, регистрационный № 2008 от 08 апреля 2015г.);
  - Примерной основной общеобразовательной программой дошкольного образования (одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015г № 2/15);
  - Уставом МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 78 «Серебряное копытце»;
  - Учебно-методическим комплектом «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Основу организации образовательного процесса составляет **комплексно-тематический принцип планирования**. Основные формы реализации образовательного процесса связаны с ведущей игровой деятельностью. Решение программных задач осуществляется в разных видах детской деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, изобразительной в форме организованной образовательной деятельности и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников. Но жесткое регламентирование образовательного процесса не обязательно, допускается гибкое планирование деятельности в группе, исходя из особенностей Программы, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовности, интересов и инициатив воспитанников и их семей.

При организации образовательного процесса учитываются принципы **интеграции** образовательных областей («Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие») в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

Рабочая программа, учитывая **культурно-этнические и климатические** особенности ХМАО, включает в содержание образовательного процесса формирование у воспитанников представлений о народностях ханты и манси, об их культуре, формирование толерантного отношения к народам, проживающим в городе.

Региональный компонент ДОУ реализуется в совместной и самостоятельной деятельности воспитанников, в ходе непосредственно образовательной, игровой деятельности, используются специальные инновационные, здоровьесберегающие технологии и методики.

Рабочая программа строится с учетом физических и психических возможностей детей, раскрывает содержание обучения по образовательной области: «Физическое развитие»

Содержание Программы в соответствии с требованиями Стандарта включает три основных раздела – целевой, содержательный и организационный.

Реализация рабочей программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогом в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Инструментарий к проведению педагогической диагностики представлен в приложении 1.

**Содержание психолого-педагогической работы** по освоению детьми содержания образовательной области **«Физическое развитие»** ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано, в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным

психологическим сопровождением.

### 1.1.1. Цель и задачи реализации рабочей программы

Цель: Формирование общей культуры, развитие физических интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи.

1. Обеспечить коэффициент посещаемости в ДОУ не менее 90%, через вовлечение не менее 67% родителей (законных представителей) в практические формы работы спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности в рамках родительского всеобуча.
2. Усилить поддержку и сопровождение детей с высокими интеллектуальными способностями через вариативные формы работы с ребенком и консультативно-методическое взаимодействие с родителями.
3. Формировать педагогическую культуру родителей в едином образовательном пространстве детского сада и семьи в приобщении ребенка к социокультурным ценностям России.
4. Формировать, совместно с родителями, предпосылки социальной активности у детей через участие в волонтерском движении.

#### Общие задачи по физическому развитию в работе с детьми:

- ✓ Продолжать работу по формированию у детей правильной осанки во время движения (познакомить с упражнениями, укрепляющими мышечный корсет) используя карты-схемы ОВД и ОРУ.
- ✓ Целенаправленно работать над техникой и качественным выполнением основных видов движений: **челночный бег, 10м, гибкость** посредством включения упражнений на развитие подвижности позвоночного столба в комплексы утренней гимнастики, физ.минутки
- ✓ Развивать качества: ловкость, силу, статическое и динамическое равновесие через использование подвижных игр с бегом, прыжками, с предметами, метанием.

**Задачи в каждой возрастной группе** (через совместную деятельность инструктора по физической культуре, воспитателей на занятиях, утренней гимнастике, в самостоятельной деятельности).

Дошкольный возраст 4года - 5лет	Дошкольный возраст (5лет - 6 лет)	Дошкольный возраст (6лет -7 лет)
- развивать у детей ориентировку в пространстве, координацию движений, и координационные способности- равновесие, гибкость, скоростно – силовую - развивать внимание и реакцию на сигнал, умение детей слышать инструкции взрослого через использование п/и. - отрабатывать технику метания набивного мяча, прыжки в длину с места (принимать и.п., отталкивание, полет согнув колени и четкое приземление)	- Продолжать развивать координационные способности: гибкость, равновесие (динамическое), - Совершенствовать выполнение челночного бега (частое перемещение ног во время поворота). - Развивать внимание, реакцию на сигнал через применение подвижных игр, упражнений с элементами спортивных игр. - Отрабатывать технику ОВД (*бег 3*10, 10м – старт, скорость.* прыжки – отталкивание, полет и приземление, * в метании: принимать верное и.п., отрабатывать силу броска и резкое движение кисти) Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, целеустремленность при выполнении заданий. Воспитывать у детей желание осознанно выполнять физические упражнения	

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

В данной таблице представлена преемственность принципов		
№ п/п	Принципы, заложенные в нормативных документах, на основе которых разработан ФГОС ДО	Основные принципы дошкольного образования

1.	Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;	Полноценное проживание ребенком всех этапов детства: - раннего возраста; - дошкольного возраста. -Обогащение (амплификация) детского развития.
2.	Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей;	-Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; -сотрудничество ДОУ с семьей; -учет этнокультурной ситуации развития
3.	Уважение личности ребенка	Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным <u>в выборе</u> содержания своего образования, становится субъектом образования
4.	Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.	-Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; -приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; -формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; -возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития детей).

### 1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

#### Характеристика контингента воспитанников дошкольного возраста (3года – 7 лет) групп общеразвивающей направленности на 2021– 2022 учебный год по группам здоровья

Группа здоровья	Кол-во детей	Физкультурная группа	Кол-во детей	ЧБД
1 группа	89	Основная	199	31
2 группа	131	Подготовительная	35	
3 группа	14	специальная	0	

В том числе характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста:

#### В соответствии с ФГОС ДО

Дошкольный возраст (3года -8лет)	ряд видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), а также восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из
----------------------------------	--

разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и **двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.**

**С учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой**  
**возрастные особенности развития детей дошкольного возраста**

<b>3 года– 4 года</b>	<b>4 года – 5 лет</b>	<b>(5 лет – 6 лет)</b>	<b>(6 лет - 7 лет)</b>
<p>На 4 году жизни у ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно. Внимание е устойчиво, часто отвлекается, переходя от одного вида деятельности к другому. Ребенок обладает сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но не заботится о результатах своих действий, он поглощен самим <u>процессом движений</u>, их эмоциональной стороной. Ребенок в состоянии повторять движения по своему усмотрению или предложению, соблюдать нужное направление. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе <u>подражания</u>. Ребенок сознательно следит за воспитателем, когда тот дает образец движения, выслушивает пояснения. <u>Объяснения лучше воспринимает в форме диалога</u>, направленных на изложение предстоящих действий.</p>	<p>Ребенок пятого года жизни владеет в общих чертах всеми видами движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физических упражнений. Дети в этом возрасте берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, рассчитывать реальные возможности. Он выполняет упражнение в общих чертах, не добиваясь завершения. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов для обогащения моторики. У детей данного возраста развивается способность анализировать, оценивать последовательность и качество действий, возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения.</p>	<p>Движения шестилетнего ребенка более осознаны и носят преднамеренный характер. У него развивается способность понимать задачу инструктора, выполнять указания, определяющие заданный способ. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются понять, выяснить, почему следует делать их так, а не иначе. Дети обладают умением планировать свои практические и игровые действия, стремясь к результативности. Дети этого возраста начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно их повторять без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. В старшем возрасте развиваются двигательные качества: скоростно – силовые, ловкость, выносливость</p>	<p>На седьмом году жизни у ребенка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов. Дети этого возраста различают скорость, направление движения. Они руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. При выполнении трудного задания увеличивается проявление волевых усилий. Дети понимают значение упражнений, проявляют личные интересы, вкусы к тем или иным упражнениям (кто-то любит бегать и прыгать, а кто-то выполнять упражнения с мячом и т.д.). Ко времени поступления в школу дети данного возраста должны обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, умением сохранять правильную осанку. Все это поможет ему быстро включиться в новый для него режим школьной жизни.</p>

**Основные задачи в каждом возрасте**

3 года– 4 года	4 года – 5 лет	5лет – 6 лет	блет - 7 лет
<p>- развитие самостоятельной двигательной деятельности;</p> <p>- накопление индивидуального опыта в разнообразных видах движений</p>	<p>- обучение отдельных составных частей, элементов движений, отдельных поз;</p> <p>- овладение определенной техникой движений, добываясь при этом точности и правильности выполнения упражнений в соответствии с образцом;</p> <p>- учить различать, запоминать и применять разные способы движений в различных условиях</p>	<p>- При обучении технике движения давать детям представление о разнообразных способах движений, их назначении, сходстве и различии в силе, скорости, направлении, характере, сложности;</p> <p>- Приучать отвечать на вопросы, анализировать простые движения, оценивая их качество, исправлять ошибки, вычленять фазы;</p> <p>-Использовать соревновательный метод, направленный на выявление количественного и качественного результата движения;</p> <p>- Развивать коллективные формы соревнований</p>	<p>- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умение проявлять выносливость и силу во время выполнения упражнений;</p> <p>- приучать к точному выполнению физических упражнений по словесному указанию;</p> <p>- учить самостоятельно, использовать знания, умения и навыки в практической деятельности, в быту, в творческих играх;</p> <p>- приучать участвовать в соревнованиях не ради своих личных интересов, а ради достижения успехов в общей коллективной задаче;</p> <p>- воспитывать ответственность за результаты совместной деятельности</p> <p>В совместной деятельности, в подвижных играх соревновательного характера у детей в этом возрасте проявляются попытки оценивать свои и чужие поступки, принимать участие в соревнованиях, достигать высоких результатов не только ради себя, но и ради успеха всего коллектива.</p>

## 1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

### 1.2.1.Целевые ориентиры дошкольного образования в соответствии ФГОС

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Ожидаемый результат работы на конец учебного года:

Отсутствие детей с низким уровнем физ.подготовленности.

Увеличение количества детей с высоким уровнем физ.подготовленности до 90%

### 1.2.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования(3года - 7 лет):

- Ребенок обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в



	разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены. • Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность
--	---

### 1.2.3. Педагогическая диагностика

Реализация рабочей программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики (мониторинга) см. Приложение 1.

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

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

Задачи мониторинга физического развития.

1. Выявить уровень физического развития и физической подготовленности детей.
2. Подтвердить или отвергнуть выбранный путь достижения показателей физического развития, физической подготовленности.
3. Осуществить индивидуально – дифференцированный подход в физическом воспитании детей.

Педагогический контроль проводится два раза в год (в начале года – 3 неделя сентября и в конце учебного года – 4 неделя апреля или 2 неделя мая). По результатам педагогической диагностики выявляются дети, показавшие низкий уровень физической подготовленности. Для таких детей в каждой возрастной группе инструктор составляет индивидуальный маршрут развития (Приложение 2).

Информация о динамике развития ребенка с момента поступления в дошкольное образовательное учреждение и до завершения им дошкольного образования фиксируется в карте развития ребенка.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО и содержанием основной образовательной программы дошкольного образования

#### «От рождения до школы» Н.Е.Вераксы

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (образовательные области) (п.2.6. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155"Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"):

✓ физическое развитие.

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

Содержание указанной образовательной области зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы может реализовываться в двигательной деятельности (овладение основными движениями).

В вариативной части Программы представлены парциальные образовательные программы, методики, технологии организации образовательной работы (п.2.9. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155"Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования").

Объем обязательной части Программы составляет не менее 60% от ее общего объема; вариативной части не более 40%.

Содержание Программы отражает следующие аспекты образовательной среды для ребенка дошкольного возраста:

- 1) предметно-пространственная развивающая образовательная среда;
- 2) характер взаимодействия со взрослыми;
- 3) характер взаимодействия с другими детьми;
- 4) система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослого и детей, так и самостоятельной деятельности дошкольников, т.к. ведущей целью программы «От рождения до школы» является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирования основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Приоритет программы – воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его. Программа в целом направлена на сохранение и укрепление здоровья ребенка, учет индивидуальных особенностей ребенка.

#### Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка

##### ФГОС ДО

**Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе

стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

## 2.2.Содержание психолого – педагогической работы

### 2.2.1.Основные цели и задачи образовательной области «Физическое развитие»

#### Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

(3 года – 4года)	(4 года - 5 лет)	(5 лет - 6 лет)	(6 лет – 7 лет)
<p>Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.</p> <p>Дать представление о полезной и вредной пище; о продуктах, полезных для здоровья человека.</p> <p>Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.</p> <p>Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.</p> <p>Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым,осознавать необходимость лечения.</p> <p>Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p>	<p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органовчувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел;ноги помогают двигаться и т.д.).</p> <p>Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.</p> <p>Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.</p> <p>Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений.</p> <p>Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органови систем организма.</p>	<p>Расширять представления о составляющих (важных компонентах)здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце,воздух и вода — наши лучшие друзья).</p> <p>Формировать умение характеризовать свое самочувствие.</p> <p>Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.</p> <p>Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.</p> <p>Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>	<p>Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).</p> <p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p> <p>Формировать представления об активном отдыхе.</p> <p>Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.</p> <p>Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p>
<b>«Физическая культура».</b>			
<p>- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.</p> <p>- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.</p> <p>- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</p> <p>- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.</p>			
(3года - 4года)	(4 года - 5 лет)	(5 лет – 6 лет)	(от 6лет - 7 лет)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</li> <li>Учить энергично отталкиваться двумя</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Формировать правильную осанку.</li> <li>Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</li> <li>Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</li> <li>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</li> <li>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.</li> <li>Закреплять умение легко ходить и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</li> <li>Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.</li> <li>Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности,</li> </ul>

ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

- Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросать же. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

- Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

- Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

- Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

- Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

- Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

- Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

**Подвижные игры.** Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

- Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

отталкиваясь носком.

- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

- Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

- Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

- Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Подвижные игры.** Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.

- Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

- Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

- Приучать к выполнению действий по сигналу.

бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

**Подвижные игры.** Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

- Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

- Учить спортивным играм и упражнениям.

выразительности их выполнения.

- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

- Добиваться активного движения кисти руки при броске.

- Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

- Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

**Подвижные игры.** Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств

			<p>(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</p> <p>- Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.</p> <p>- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол)</p>
--	--	--	---

**Примерный перечень спортивных развлечений.**

**Младшая группа (от 3г-4г)**

«Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

**Средняя группа (от 4г-5 лет)**

«Спорт — это сила и здоровье», «Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит».

**Старшая группа (от 5 лет - 6 лет)**

«Спорт — это сила и здоровье», «Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит».

**Подготовительная к школе группа (от 6 лет -7 лет)**

«Летняя олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

**Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

**Дошкольный возраст (3 года – 4 года)**

Общеразвивающие упражнения	Ходьба и упражнения в равновесии.	Ползание, лазанье.	Катание, бросание.	Бег, прыжки	Спортивные упражнения. Подвижные игры
<p><b>Групповые упражнения с переходами.</b> Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, враспынную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.</p> <p><b>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.</b> Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекидывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.</b> Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.</b> Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.</p>	<p><b>Ходьба.</b> Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).</p> <p><b>Упражнения в равновесии.</b> Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20см, длина 2-2,5м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.</p>	<p>Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).</p>	<p>Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).</p>	<p><b>Бег.</b> Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, враспынную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).</p> <p><b>Прыжки.</b> Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.</p>	<p><b>Катание на санках.</b> Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.</p> <p><b>Скольжение.</b> Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых. <b>Ходьба на лыжах.</b> Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.</p> <p><b>Катание на велосипеде.</b> Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.</p> <p><b>С бегом.</b> «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».</p> <p><b>С прыжками.</b> «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».</p> <p><b>С подлезанием и лазаньем.</b> «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».</p> <p><b>С бросанием и ловлей.</b> «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».</p> <p><b>На ориентировку в пространстве.</b> «Найди свое место», «Угадай, ктои где кричит», «Найди, что спрятано».</p>

## Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Общеразвивающие упражнения	Ходьба и упражнения в равновесии.	Ползание, лазанье.	Катание, метание	Бег, прыжки	Спортивные упражнения. Подвижные игры
<p><b>Ритмическая гимнастика.</b> Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.</p> <p><b>Групповые упражнения с переходами.</b> Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.</p> <p><b>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.</b> Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.</b> Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.</p> <p><b>Статические упражнения.</b> Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на пояс (5-7 секунд).</p>	<p><b>Ходьба.</b> Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании сбегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.</p> <p><b>Упражнения в равновесии.</b> Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба поребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнято</p>	<p>Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).</p>	<p>Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2, м) правой и левой рукой, в вертикаль-</p>	<p><b>Бег.</b> Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстоянии 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд); к концу года).</p> <p><b>Прыжки.</b> Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно).</p>	<p>Спортивные упражнения</p> <p><b>Катание на санках.</b> Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.</p> <p><b>Скольжение.</b> Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.</p> <p><b>Ходьба на лыжах.</b> Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полулочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.</p> <p><b>Игры на лыжах.</b> «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».</p> <p><b>Катание на велосипеде.</b> Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.</p> <p>Подвижные игры <b>Сбегом.</b> «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки». <b>С прыжками.</b> «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».</p> <p><b>С ползанием и лазаньем.</b> «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».</p> <p><b>С бросанием и ловлей.</b> «Подбрось — поймай», «Сбей булавку», «Мяч через сетку».</p> <p><b>На ориентировку в пространстве, на внимание.</b> «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».</p>

	<p>й на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).</p>		<p>ную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5-2 м.</p>	<p>Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.</p>	
--	---	--	---	---	--



**Дошкольный возраст (5лет – 6лет)**

**Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

Общеразвивающие упражнения	Ходьба и упражнения в равновесии.	Ползание, лазанье.	Катание, бросание.	Бег, прыжки	Спортивные упражнения. Подвижные игры
<p>Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равниев затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.</p> <p><b>Ритмическая гимнастика.</b> Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений музыкальным сопровождением.</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p><b>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.</b> Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.</b> Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса</b></p>	<p><b>Ходьба.</b> Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.</p> <p><b>Упражнения в равновесии.</b> Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.</p>	<p>Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с однопролета на другой, пролезание между рейками.</p>	<p>Бросание мяча вверх, о землю и ловля ег двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг из разных исходных положений построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, сотскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шага вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.</p>	<p><b>Бег.</b> Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедр), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.</p> <p><b>Прыжки.</b> Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ногиврозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3-4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку,</p>	<p>Спортивные упражнения. Подвижные игры</p> <p><b>Статические упражнения.</b> Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.</p> <p>Спортивные упражнения</p> <p><b>Катание на санках.</b> Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.</p> <p><b>Скольжение.</b> Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.</p> <p><b>Ходьба на лыжах.</b> Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.</p> <p><b>Игры на лыжах.</b> «Кто первый повернется?», «Слабом», «Подними», «Догонялки».</p> <p><b>Катание на велосипеде и самокате.</b> Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.</p> <p>Спортивные игры</p> <p><b>Городки.</b> Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).</p> <p><b>Элементы баскетбола.</b> Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.</p> <p><b>Бадминтон.</b> Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.</p> <p><b>Элементы футбола.</b> Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах,</p>

<p><b>и ног.</b> Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).</p>				<p>вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).</p>	<p>отбивать о стенку несколько раз подряд.  <b>Элементы хоккея.</b> Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.          Подвижные игры  <b>С бегом.</b> «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мывеселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».  <b>С прыжками.</b> «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».  <b>С лазаньем и ползанием.</b> «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».  <b>С метанием.</b> «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».  <b>Эстафеты.</b> «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».  <b>С элементами соревнования.</b> «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».  <b>Народные игры.</b> «Гори, гори ясно!» и др.</p>
---	--	--	--	---	---

Дошкольный возраст (6 лет – 7 лет)					
Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений					
Общеразвивающие упражнения	Ходьба и упражнения в равновесии.	Ползание, лазанье.	Бросание, ловля, метание.	Бег, прыжки	Спортивные упражнения. Подвижные игры
<p><b>Групповые упражнения с переходами.</b> Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.</p> <p><b>Ритмическая гимнастика.</b> Красивое, грациозное выполнение</p>	<p><b>Ходьба.</b> Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по</p>	<p><b>Ползание, лазанье.</b> Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической</p>	<p>Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях.</p>	<p><b>Бег.</b> Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа.</p>	<p><b>Катание на санках.</b> Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.</p> <p><b>Скольжение.</b> Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом.</p>

<p>физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p><b>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.</b> Поднимать руку вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.</b> Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол).</p>	<p>прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.</p> <p><b>Упражнения в равновесии.</b> Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с выполнением различных фигур).</p>	<p>стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.</p>	<p>Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.</p>	<p>Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.</p> <p><b>Прыжки.</b> Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.</p>	<p>Скользить с невысокой горки.</p> <p><b>Ходьба на лыжах.</b> Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.</p> <p><b>Игры на лыжах.</b> «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.</p> <p><b>Катание на коньках.</b> Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.</p> <p><b>Игры на коньках.</b> «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.</p> <p><b>Катание на велосипеде и самокате.</b> Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.</p>
---	--	--	---	---	---

<p>Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.</p> <p><b>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.</b> Выставлять ногу вперед на носок скрестно: присесть, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); присесть из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.</p> <p><b>Статические упражнения.</b> Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3кг). Выполнять ОРУ стоя на левой или правой ноге и т. п.</p>					<p><b>Игры на велосипеде.</b> «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.</p> <p><b>Плавание.</b> Выполнять вдох, затем выдох в воду (3—10 раз подряд). Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на груди и спине, двигать ногами (вверх-вниз). Передвигаться по дну водоема на руках. Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках. Разучивать движения руками. Попытаться плавать без поддержки. Проплыть произвольным стилем 10-15м. Выполнять разнообразные упражнения в воде.</p> <p><b>Городки.</b> Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p><b>Элементы баскетбола.</b> Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p><b>Элементы футбола.</b> Передавать мяч друг другу отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в ворота, забивать мяч в ворота.</p>
--	--	--	--	--	---

					<p><b>Элементы хоккея</b> (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.</p> <p><b>Бадминтон.</b> Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.</p> <p><b>Элементы настольного тенниса.</b> Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.</p> <p>Подвижные игры</p> <p><b>С бегом.</b> «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».</p> <p><b>С прыжками.</b> «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».</p> <p><b>С метанием и ловлей.</b> «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».</p> <p><b>С ползанием и лазаньем.</b> «Перелет птиц»,</p>
--	--	--	--	--	---





Подбрось-поймай			+										
найди себе пару			+										
мышеловка							+						
замри											+		
загадай, отгадай, повтори				+									
мы веселые ребята								+					
лягушки и цапля												+	
пилоты					+								
позы									+				
займи место													+

**февраль**

мыши в кладовке	+												
встречные перебежки						+							
эстафета со скакалкой										+			
кто ушел	+												
Подбрось-поймай			+										
елка, ежик, и пенек							+						
быстро замри!											+		
перелет птиц				+									
быстро шагай								+					
ноги от земли												+	
пилоты					+								
кто позвал					+								
будь внимателен									+				
эстафеты													+

**март**

перелет птиц	+												
ведем мяч(элементы футбола(эстафета))						+							
удочка										+			
удержи волан на ракетке										+			
Подбрось-поймай			+										
караси и щука							+		+				
3 лишний											+		
бездомный заяц				+									
Охотники и зайцы								+					
подай высоко, далеко волан												+	
летает – не летает								+					
цветные автомобили					+								
будь внимателен													+

**апрель**



перелет птиц	+												
займи свое место						+							
пронеси, не урони (эстафета)									+				
карусель		+											
мы веселые ребята							+						
коршун и насадка											+		
воздух, вода, земля, огонь		+											
нам не страшен серый волк				+	+								
тачки								+					
догони свою пару												+	
пронесем волан									+				
пожарные на учении									+				
ловишка, бери ленту													+
<b>май</b>													
поймай комара	+												
ловишки с мячом						+	+						
чье звено скорее соберется								+		+			
веселые соревнования									+		+		
пастух и стадо		+											
лошадки				+	+								
здравствуй, догони												+	
стой													+

Организация работы по развитию у детей физических качеств и двигательных навыков, а также по поддержке у детей интереса к занятиям физической культуры, индивидуального подхода к каждому ребенку используются следующие варианты проведения физкультурных занятий.

	Тип занятия	Месяц, количество занятий									общее кол-во
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
1	традиционное	3	1	3	4	3	2	4	1		21
2	сюжетно-игровое	1	1	1	3	3	3	1	2		15
3	с элементами аэробики			1		2	2	2			7
4	круговая тренировка			2	1	1	2	2	2	4	14
5	контрольно – проверочное		3		1				3		7

### Перспективное планирование занятий

3г.-4г.

**Задачи:** учить ходить стайкой и друг за другом, подпрыгивать на двух ногах ходить по извилистой дорожке, подлезать под дугой. Учить прокатывать мяч под воротами. Формировать правильную осанку, развивать координацию движений. Воспитывать интерес к физ. занятиям

Сентябрь	1	2	3	4
<b>I часть</b> <b>Вводная</b>	Ходьба стайкой, обычная за воспитателем. Бег парами в стайке за воспитателем.	Ходьба парами стайкой за воспитателем. Бег парами в стайке за воспитателем.	Ходьба по веревочке (змейкой), врассыпную, «петушок».	Ходьба обычная, врассыпную, стайкой, «петушок».

			Бег враспынную, змейкой, «птички летают».	Бег обычный, стайкой, враспынную, на носках.
<b>II</b> <b>О.Р.У.</b> <b>О.В.Д.</b> <b>П/И.</b>	Построение стайкой. Ходьба по извилистой дорожке. Прыжки на двух ногах (пружинка). Прокатывание мяча двумя руками вдаль. Догонялки с персонажем. «Догони мяч».	Построение стайкой. О.Р.У. (с лентой). Ползание на средних четвереньках по прямой. Ходьба по извилистой дорожке. Прыжки на всей ступне с работой рук. Забрасывание ленточек на палку и ловля их. «Лошадки».	Перестроение свободное. О.Р.У. (с султанчиками). Прокатывание мяча в воротца. Прыжки в длину со змейкой. Подлезание под дугу. Бегите ко мне. «Солнышко и дождик».	Перестроение свободное. О.Р.У. (б.п.). Ходьба по скамье и спрыгивание. Прокатывание мяча друг другу. Прыжки на двух ногах. «Птички летите ко мне».
<b>III</b> <b>Заключительная часть</b>	«Найди мишку». Гимнастика для глаз.	«Пройди по мостику». «Найди ленточку». Гимнастика для глаз.	«Пузырь» Гимнастика для глаз.	«Найди птичку». Гимнастика для глаз.
<b>Коррекционные упражнения.</b>	Выполнять ходьбу вперед по дорожкам с размеченными стопами.	Пробежать небольшое расстояние по одному в ограниченном пространстве (между цветными шнурами, расстояние 1м).	ползание между предметами, вокруг них, используя объемные и плоскостные изображения предметов, проследить действия руки и предметов.	Подпрыгивать на двух ногах на месте – вверх, держась за опору руками.

#### 4г.-5л.

**Задачи:**учить сохранять правильную, прыгать в длину с места, метать мешочек правой и левой рукой, прокатывать мяч по прямой, подбрасывать и ловить мяч двумя руками, ползать на средних четвереньках между предметами, воспитывать товарищеские взаимоотношения в подвижных играх, учить выполнять несложные поручения в уборке физкультурного оборудования.

<b>Сентябрь</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>I</b> <b>Вводная часть</b>	Ходьба: на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, крадучись Бег: на носках, змейкой, в рассыпную, друг за другом.	Ходьба: носках, на наружном своде стопы, на пятках, держась за канат. Бег: На носках, змейкой, в рассыпную, друг за другом.	Ходьба, по кругу взявшись за руки, на носках, с высоким подниманием колена. Бег: На носках, змейкой, в рассыпную, друг за другом.	Ходьба в рассыпную в чередовании с обычной ходьбой, змейкой, с высоким подниманием колена Бег: На носках, змейкой, в рассыпную, друг за другом.
<b>II</b> <b>О.Р.У.</b> <b>О.В.Д.</b> <b>П/И.</b>	В колонну по одному, с султанчиками. Ходьба змейкой между кубиками. Прыжки на двух ногах со сменой поз. Прокатывание мяча друг другу. Ходьба по бревну, Подлезание под дугу, Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. «Найди свой домик» «Цыплята и наседка» Козлики на мосту; Кто соберёт больше лент;	Перестроение в колонну по одному, сюжетное - «Прогулка на поезде». Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через набивные мячи. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. Подлезание под шнур правым, левым боком. Прыжки в чередовании с ходьбой и со сменой положения ног. «Мы едим, едим, едим». «Брось дальше». «Зайцы в огороде».	Равнение по ориентиру (шнур, канат), с хлопками Бег на перегонки. Прыжки в длину с места Метание мешочка. Прокатывание мяча. Ходьба по скамье. «Самолеты» «Брось дальше» Вороны	Равнение по черте, полоске в шеренгу, б.п. Прыжки на двух ногах через веревочки. Ползание на средних четвереньках «змейкой» между предметами. Метание мешочка вдаль. Катание обруча по прямой друг другу. «Воробышки» «Цветные автомобили» Кто скорей добежит до флажка
<b>III</b> <b>Заключительная часть</b>	«Подбрось, поймай» Башмачник Гимнастика для глаз.	Лови – бросай; Гимнастика для глаз.	«Ровным кругом» Ручеёк; Гимнастика для глаз.	«Подарки» «Найди игрушку» Сбей кеглю (булаву); Гимнастика для глаз.
<b>Коррекционные упражнения.</b>	С изменением длины шага (мелкий, широкий) по дорожкам с размеченными стопами.	Бег на месте высоко поднимая колени касаясь опоры.	Ползание на четвереньках в ограниченном пространстве (2X2 метра): а) по прямой; б) между предметами в) змейкой	Прыжки на месте на двух ногах опираясь о спинку стула

**Блет -блет.**

**Задачи:**учить сохранять правильную осанку и держать дистанцию при ходьбе и беге, прыгать в длину с места, метать мешочек правой и левой рукой, отбивать мяч правой и левой рукой, ходить по скамье сохраняя равновесие; развивать чувство ритма в музыкально-ритмической композиции, отрабатывать соблюдение правил в подвижных и спортивных играх; воспитывать товарищеские взаимоотношения в подвижных играх, продолжать учить выполнять несложные поручения в уборке физкультурного оборудования;

Сентябрь	1	2	3	4
<b>I Вводная часть</b>	Ходьба тройчатка с движениями рук, в полуприсяде. Бег обычный, с изменением темпа врассыпную.	Ходьба тройчатка. Бег с высоким подниманием колена, змейкой.	Ходьба тройчатка. Бег с высоким подниманием колена, змейкой.	Ходьба обычна, тройчатка, врассыпную. Бег на носках, с высоким подниманием колена, змейкой.
<b>II О.Р.У. О.В.Д. П/И.</b>	Построение в две колонны. О.Р.У. (с малыми мячами). Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Прыжки в длину. Перебрасывание мяча, стоя в шеренгах двумя руками. Ходьба по наклонной доске «Кто быстрее пробежит» «Кто дальше бросит».	Контрольное. Бег на скорость (10 м). Метание мешочка правой и левой рукой. Прыжки в длину с места. Медбол. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой стоя на месте. Пожарные на ученье Физкульт-ура!;	Контрольное. Бег на скорость (10 м). Метание мешочка правой и левой рукой. Прыжки в длину с места. Медбол. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой стоя на месте. Физкульт-ура!;	Построение в две колонны. О.Р.У. (у скамьи). Ходьба по скамье боком приставным шагом, руки за головой. Подбрасывать мяч руками и ловить руками. Пролезание в обруч. «Найди и промолчи» «Сбей кеглю» «Не оставайся на земле» Бездомный заяц;
<b>III Заключительная часть</b>	«Назови имя» (с мячом). Городки; Гимнастика для глаз.	«Изобрази спортсмена». «Найди и промолчи». Гимнастика для глаз.	«Изобрази спортсмена». «Найди и промолчи». Гимнастика для глаз.	Шагай через кочки; «Назови имя» (с мячом). Гимнастика для глаз.
<b>Коррекционные упражнения.</b>	В правую, левую сторону по размеченным дорожкам	На месте с высоким подниманием колена (бедра), касаясь коленом ладошек (руки согнуты в локтях)	На месте с высоким подниманием колена (бедра), касаясь коленом веревки	Перекатывание мяча из одной в другую руку: а) с открытыми глазами б) с закрытыми глазами

**бл.-7л.**

**Задачи:** учить сохранять правильную осанку и держать дистанцию при ходьбе и беге, прыгать в длину с места, метать мешочек правой и левой рукой, отбивать мяч правой и левой рукой, ходить по скамье сохраняя равновесие; развивать чувство ритма в музыкально-ритмической композиции, отрабатывать соблюдение правил в подвижных и спортивных играх; воспитывать товарищеские взаимоотношения в подвижных играх, продолжать учить выполнять несложные поручения в уборке физкультурного оборудования.

Сентябрь	1	2	3	4
<b>I Вводная часть</b>	Ходьба с заданиями для рук, тройчатка, с остановкой на сигнал. Бег обычный, на носках, змейкой, боковой галоп, с высоким подниманием колена.	Ходьба с заданиями для рук, тройчатка, с остановкой на сигнал. Бег обычный, на носках, змейкой, боковой галоп, с высоким подниманием колена.	Ходьба обычная, широкой и узкой змейкой, на носках. Бег обычный, на носках, змейкой, с заданиями для рук, по сигналу сесть по - турецки.	Ходьба с четкими поворотами на углах, на носках по скамье, по ребристой доске. Бег обычный, на носках, змейкой лошадки, врассыпную.
<b>II О.Р.У. О.В.Д. П/И.</b>	Бег на 10м. Метание мешочка правой и левой рукой (150-200 гр.). Прыжки в длину с места. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. «Ловишка с лентой» Переправа через болото; Паук и мухи;	Бег на 10м. Метание мешочка правой и левой рукой (150-200 гр.). Прыжки в длину с места. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. Статистическое равновесие (проба Ромберга). «Карусель» «Ловишка с лентой»	Прыжки на двух ногах до ориентира. Пролезание в обруч боком. Ходьба по скамье с перешагиванием предметов. Метание мяча от груди в корзину. Проползи – не урони! Бой петухов;	Прыжки с мячом, зажатым между ног. Вожделение мяча ногой между предметами. Ходьба по скамье, мяч за головой. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. «Попади в ворота» «Медведь и пчелы». Ловля оленей;

	Волк во рву	Переправа через болото; Паук и мухи; Волк во рву		
<b>III Заключительная часть</b>	«Кого не стало?». Обруч через тоннель;	«Кого не стало?». Обруч через тоннель;	«Найди и промолчи». «У кого мяч»	«Найди и промолчи» «Стоп»
<b>Коррекционные упражнения.</b>	Ходьба на пятках Бег в разных направлениях по размеченным дорожкам	Ходьба на пятках Бег в разных направлениях по размеченным дорожкам	Переступание вправо –влево по перекладине гимнастической лестнице	Прыжки на месте: а) держась за спину стула б) с поворотом вокруг опоры несколько прыжков подряд

### 3г.-4г.

**Задачи:**учить прыгать на двух ногах через ленточку, бросать мяч вверх и пытаться поймать его, бросать мяч из-за головы, ходить по наклонной доске. Продолжать учить ходить друг за другом по прямой, прокатывать мяч в воротца и проползать за ним на средних четвереньках.

**Развивать** интерес к подвижным играм.

**Координационная работа:** формировать правильную осанку, координацию движений

Октябрь 1 неделя «В гости к кукле».	Ходьба в колонне по одному друг за другом, по зрительным ориентирам.	Бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой.	Построение в колонну по одному. О.Р.У. (б.п.).	Прыжки на двух ногах через ленточку. 3 Ходьба по наклонной доске. О Метание мяча из-за головы. П	«Солнышко и дождик» «Кто лучше прокатит мяч?»	
2 неделя «В гости к кошке».	Ходьба обычная, на носках, на пятках.	Бег обычный, лошадки, змейкой.	Построение в круг. О.Р.У. (б.п.).	Прыжки через ленточку с продвижением вперед. П Ползание через воротца на средних четвереньках за катящимся предметом. О Метание мяча из-за головы. 3	«Кошки и цыплята» «Ветерок играет с осенними листьями» (закрепление цвета).	Перешагивать через кирпичик, положенный на пол, повторяя один цикл 2-3 раза.
3 неделя «Лягушата».	Ходьба обычная, петушок, лисичка.	Бег обычный, на носках, с приседаниями.	Построения в колонну по одному. О.Р.У. (б. п.)	Прокатывание мяча между кубиками на средних четвереньках. П Подлезание под дугой на короточках.О Ходьба с перешагиванием через предметы. 3	«Цапля и лягушка» «В гости к зверятам» (имитация повадок животных)	
4 неделя «Пойдем в гости к зверятам».	Ходьба обычная, по ребристой доске, змейкой между кубиками.	Бег обычный, на носках, змейкой.	Построение в колонну по одному. О.Р.У. (с мячами).	Бросание мяча вверх и попытка ловли мяча. О Ходьба с мячом по скамье. П Прокатывание мяча в ворота и ползание за ним. 3	«Надуем шарик» «Найди пару мячику»	Пробежать по одному по извилистой дорожке (шириной 25-30см) в пределах 1-2 циклов.

### 4г.-5л.

**Задачи:**Обучать ходьбе по шнуру, ползание по скамье на животе, боковой галоп, прыжки в высоту; повторить: прыжки на одной ноге, бросание мяча, прокатыванию мяча, метание в вертикальную цель; закрепить: прокатывание обруча, ходьбе по шнуру, ходьбе по скамье.

**Воспитывать** волевые качества при отработывании новых движений.

**Координационная работа:** развивать навыки в ходьбе с сочетанием рук и ног глазомер, координацию движений, формировать правильную осанку,

Октябрь 1 неделя.	Ходьба со сменой направления, парами, змейкой, с высоким подниманием колена	Бег парами, врассыпную, змейкой, на носочках.	Нахождение своего места в колонне, по кругу, с кубиками.	Ходьба по шнуру по прямой, руки за спиной. О Прокатывание обруча друг другу между предметами. 3 Прыжки на одной ноге поочередно на пр. лев, на двух ногах. П	«Карусель» «Где спрятался гриб?»	Приставные шаги вправо, влево, держась за опору
2 неделя. «Веселая карусель».	Ходьба обычная, со сменой ведущего, по шнуру, змейкой, имитацией животных.	Бег с поворотом кругом чередовать с бегом врассыпную, змейкой, прыжками с продвижением вперед на двух ногах.	Нахождение своего места в колонне по одному, в шеренге и в	Ползание на животе по скамье непрерывным способом. О Прыжки в высоту – достань до флажка. 3 Бросание мяча из-за головы П	«Кто быстрее добежит до линии?» «Передай мяч»	Катание шариков по узкой дорожке (ширина 30см., длина 1м.) прослеживание движений взором.

			кругу. С мелкими игрушками.			
3 неделя «Встреча с осенью».	Ходьба быстрым шагом, змейкой, с остановкой на сигнал, приставным шагом боком.	Бег обычный, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом.	Б.п.	Ходьба по шнуру боком приставным шагом, руки за головой, лопатки свести. 3 Прокатывание мяча одной и двумя руками Боковой галоп. О	«Мы весёлые ребята; «Найди игрушку»	Имитировать прыжки со скакалкой. Проследить действия вращающейся скакалки.
4 неделя «Цирк»	Ходьба приставным шагом в колонне по кругу, по ребристой доске, змейкой, с движением рук.	Бег с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, боковой галоп, прыжком на двух ногах.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два О.Р.У. с мячами.	Ходьба по скамье прямо, боком с различными положениями для рук вверх, в стороны. 3 Прыжки в высоту 15 см. О Метание в вертикальную цель. П	«Поймай птичку» «Лиса в курятнике»	Бросание мяча вверх в обруч (диаметр 1м.)

#### 5л.-6л.

**Задачи:** учить обивать мяч правой и левой рукой, ходить по скамье с мешочком на голове, прыгать на скакалке, прыгать в высоту с разбега; повторить ходьбу по веревке, прыжки в длину с места, лазанье по шведской стенке, прыжки с мячом.

**Воспитывать** интерес к подвижным играм. **Коррекционная работа:** формировать правильную осанку, развивать меткость, сопоставлять расстояние до цели, развивать глазомер.

Октябрь 1 неделя. Кто быстрее на прогулку».	Ходьба обычная, перекатом с пятки на носок, «гуськом».	Бег мелким, широким шагом, с высоким подниманием колена, враспынную.	Построения в две колонны. О.Р.У. (б. п.).	Ходьба по веревке, руки в стороны. П Отбивание мяча от пола правой левой рукой. О Ползание на средних четвереньках между предметами. 3	«Выше ноги от земли» «Пронеси волан, не задев кубики»	
2 неделя. «Будь внимателен».	Ходьба обычная, имитацией животных.	Бег змейкой преодолевая препятствия, широким шагом,.	Перестроение две колонны. О.Р.У. (с султанчиками).	Ходьба по скамье с мешочком на голове. О Отбивание мяча от пола одной рукой поочередно. 3 Прыжки в длину с места. П	«Карусель» «Передай и не урони мяч».	Сохранение равновесия: а) стоя у стены б) отступи от стены на шаг в) стоя на одной ноге
3 неделя. «Мы построим новый дом».	Ходьба обычная, «гуси, белые медведи», приставным шагом.	Бег обычный, змейкой, широким шагом, с захлестыванием ног назад.	Построение в круг. С кирпичиками.	Прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие. О Ведение мяча по кругу правой и левой рукой. 3 Лазанье по гимнастической стенке с перешагиванием на соседний пролет. П	«Пройди не упади». «Капуста»	
4 неделя. «Сделай большой круг».	Ходьба обычная, тройчатка, приставным шагом боком.	Бег обычный, змейкой, с поворотом кругом по сигналу.	Построение в круг. С косичкой.	Прыжки с мячом с продвижением вперед. П Лазанье по гимнастической стенке. 3 Прыжки на скакалке. О	«Ноги выше от земли» «Совушка»	

#### 6л.-7л.

**Задачи:** учить: вращать обруч на талии, перебрасывать мяч снизу друг другу, ползать по-пластунски, прыгать в высоту на мягкое покрытие с места; повторить: перебрасывание мяча в парах, прыжки широким шагом, ходьбу с мешочком на голове по скамье.

**Развивать** дружеские отношения друг к другу.

**Координационная работа:** формировать правильную осанку, развивать глазомер.

Октябрь 1 неделя.	Ходьба обычная, змейкой, по ребристой доске, парами, спортивным шагом.	Бег обычный, змейкой, имитацией животных.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. с обручами.	Ползание на низких четвереньках по скамье. 3 Перебрасывание мяча в парах лицом друг к другу из и.п. стоя, сидя, на коленях П Вращение обруча на талии. О	«Волк во рву» «Собери листочки».	Перебрасывание мяча через шнур друг другу (1-1,5м.) а) снизу б) из-за головы
2 неделя. «Веселые колечки».	Ходьба змейкой, тройчатка, на низких, средних,	Бег обычный, змейкой, боковой галоп, вдоль	Перестроение в три колонны. О.Р.У. С	Ходьба по скамье с приседанием на середине. С Прыжки широким шагом из обруча в обруч. П Перебрасывание мяча снизу (2 – 3 м). О	«Кто быстрее добегит и донесет кубик»; «Ловля мячей сачками»	Переступание вправо- влево приставным шагом, с мешком на

	высоких четвереньках.	ориентира.	кольцами..	Лазанье по гимнастической лестнице чередующим шагом. З		голове по гимнастической скамейке
3 неделя. «Мы с Тамарой ходим парой»	Ходьба обычная, змейкой, по скамье приставным шагом боком, парами.	Бег обычный, змейкой, над веревочкой, со сменой направления.	Перестроение в две колонны парами. О.Р.У. Б. п.	Прыжки в высоту из глубокого приседа. З Ползание по-пластунски. О Вращение обруча на талии. П	«Выше ноги от земли» «Сбей кеглю»	Переступание вправо-влево приставным шагом, с мешком на голове на наружной стороне стоп с
4 неделя. «Палочка – выручалочка».	Ходьба обычная, по ребристой доске, косичкой через палки, на сигнал сесть по-турецки.	Бег обычный, широким шагом, боковой галоп, с ускорением, семенящим шагом.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. Парами с палкой.	Ползание по скамье непрерывным способом. З Прыжки в высоту на мягкое покрытие (30-40 см). О Ходьба с мешочком на голове по скамье. П	«Передай мяч» Ловкий оленевод	Бег в колонне ориентируясь на звуковой сигнал: а) по одному б) по два

#### 3г.-4г.

**Задачи:**учить ходить и ползать по скамье на средних четвереньках, ползать по наклонной доске, прыгать на двух ногах с продвижением вперед и подпрыгивать вверх. Продолжать учить прыгать через прутья, ходить друг за другом, ходить по следу, прокатывать мяч через дугу. Формировать правильную осанку, развивать координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.

**Координационная работа:** развивать навыки в ходьбе с сочетанием рук и ног глазомер, координацию движений, формировать правильную осанку. Использование игр и упражнений («Лови-бросай», «Попади в цель», «Пройди по мостику», «Делай так», «Через обруч к погремушке», «Поезд»). Развивать меткость, в перебрасывании мяча друг другу. Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп.

Ноябрь 1 неделя «Курочка с цыплятами».	Ходьба друг за другом, на носках, на пятках.	Бег обычный с ускорением с замедлением, змейкой за курочкой – мамой.	Построение в колонну по одному. О.Р.У. (с палочками).	1. Ползание на скамье на средних четвереньках. З 2. Прыжки на двух ногах через прутья с продвижением. П 3. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее О	«Наседка и цыплята» «Кот и цыплята»	Выполнение ползания на четвереньках по ограниченной прямой дорожке (ширина 60-70см), на 1-2 циклах.
2 неделя «Зайка-побегайка».	Ходьба в колонне парами, змейкой, на носках.	Бег обычный, с прыжками, парами.	Построение в колонну парами. О.Р.У. (б.п.).	1. Ходьба по наклонной доске. П 2. Подпрыгивание на двух ногах на месте. З 3. Ходьба по следу. О	«Зайцы и лиса». «Пузырь».	Доставать предмет, подвешенный на уровне поднятой руки ребенка.
3 неделя. «Яркий платочек».	Ходьба обычная, парами, с высоким подниманием колена, на носках.	Бег обычный, парами чередуя с бегом враспынную.	Построение в колонну парами. О.Р.У. (с платочком).	1. Прыжки вверх с места. 2. Ползание по наклонной доске на средних четвереньках. З 3. Перешагивание через кочки по доске. О	«Платочек – летуночек» «Спрятались» «Найди пару».	
4 неделя. «Построим дом Шарику».	Ходьба парами с высоким подниманием колена, с опорой на ладони и стопы.	Бег, парами чередуя с бегом враспынную, на носках.	Построение в колонну по два. О.Р.У. (с кубиками).	1. Катание мяча под дугу. О 2. Прыжки с продвижением вперед (3 метра). П 3. Ползание на средних четвереньках до ориентира. З	«Лохматый пес» «Найди шарика».	Перешагивать через 2 кирпича, положенные на пол, начиная поочередно с правой и левой ноги.

#### 4г. -5л.

**Задачи:**учить прямой и боковой галоп, прыгать с места, бросать мяч вверх, вниз и ловить от пола; повторить ходьбу по скамье, лазанье по скамье, прыжки из глубокого приседа; закрепить подлезание под дуги и ходьбу по шнуру.

**Координационная работа:** развивать навыки в ходьбе с сочетанием рук и ног, координацию движений, формировать правильную осанку. Использование игр и упражнений («Лови-бросай», «Попади в цель», «Пройди по мостику», «Делай так», «Через обруч к погремушке», «Поезд»). Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп.

**Воспитывать** волевые качества при выполнении новых движений, самостоятельность; бережное отношение к инвентарю. Продолжать учить соблюдать правила подвижных игр.

Ноябрь 1 неделя. «На день рождение к кукле».	Ходьба: обычная, крадучись, по ребристой доске.	Бег враспынную по залу с остановкой на сигнал, боковой галоп.	Перестроение в колонну по два за направляющим по ориентир. О.Р.У. б. п.	Ходьба по скамье боком руки на поясе. П Ползание на животе по скамье подтягиваясь руками. З Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений. С Прямой галоп по кругу. О	Мыши в кладовой; Башмачник;	
--	---	---	---	--	--------------------------------	--

2 неделя «Путешествие на остров»	Ходьба с остановкой на сигнал, крадучись.	Бег обычный, змейкой, с остановкой на сигнал, имитацией животных.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. с большим мячом.	Боковой галоп по кругу О Подлезание под дугу правым, левым боком. З Бросание мяча в корзину. П	«Поймай муху» Ручейки и озёра;	Пробежать небольшое расстояние за движущимся ориентиром с разной скоростью
3 неделя. «Физкультура для зверят».	Ходьба обычная с перешагиванием через палки с опорой на стопы и ладони, врассыпную.	Бег обычный врассыпную в чередовании с ходьбой, имитацией животных.	Перестроение свободное. О.Р.У. ритмопластика «Кузнечик».	Ходьба по шнуру. З Ползание, опираясь на колени и ладони. П Прыжки в длину с места. О	«Карусель» «Подарки»	Бросание мяча о землю в круг (диаметр 60см) двумя руками несколько раз подряд.
4 неделя «В гостях у Айболита»	Ходьба обычная, со сменой ведущего, врассыпную.	Бег обычный, с ускорением, между предметами, боковой галоп.	Перестроение в колонну по два. О.Р.У. с султанчиками.	Прыжки из глубокого приседа стоя на месте, чередуя с расслаблением 3 раза. П Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его двумя руками, не прижимая к груди О Ходьба, по доске перешагивая предметы. З	«Кролики» Сбей кеглю (булаву);	Сохранение равновесия стоя на одной ноге, на носках, в кружении в разные стороны.

#### 5л. -6л.

**Задачи:** учить перебрасывать мяч через сетку, прыгать на скакалке, отбивать мяч от пола стоя на скамье, лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. Повторить прыжки в высоту и с возвышения в обруч, метание мешочка правой и левой рукой. Развивать координацию движений, формировать правильную осанку, развивать глазомер. Воспитывать интерес к народным играм. Продолжать отрабатывать быстроту и внимание в подвижных играх; оттачивать элементы спортивной игры; «баскетбол»; соблюдать правила игр.**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать интерес к физкультурным занятиям.**Коррекционная работа.** Развивать глазомер и точность броска при передаче мяча друг другу. Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалять мышцы стоп.

Ноябрь 1 неделя. «Путешествие по городу».	Ходьба по ребристой доске, на низких, средних, высоких четвереньках.	Бег «лягушки», боковой галоп, на средних четвереньках, «косичкой».	Перестроение в две колонны. С лентами.	Ходьба по скамье на середине присесть. Прыжки боком через предметы. Лазанье по гимнастической стенке.	«Охотники и зайцы» Ловля мячей сачками;	
2 неделя. С элементами корригирующей гимнастики.	Ходьба обычная, тройчатка, «белые медведи», на высоких четвереньках скользящим шагом.	Бег с высоким поднимание колена, врассыпную, боковой галоп, «обезьянки».	Перестроение в две колонны. Без предметов.	Метание малых мячей в горизонтальную цель. О Пролезание под веревкой правым и левым боком. С Катание мячей друг другу двумя ногами. П Прыжки в высоту до предмета. З	«Сбей кеглю» Лягушки в болоте;	
3 неделя. Традиционное.	Ходьба обычная, «белые медведи», косичкой, «раки».	Бег семенящим шагом, с высоким поднимание колена, «лягушки», по сигналу прыжки на одной ноге.	Перестроение свободное. С обручами.	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы П Ползание по скамейке на животе непрерывным способом. З	Бабка Ёжка; Попади в цель;	
4 неделя. «По ровненькой дорожке»	Ходьба обычная, по скамье, на носках, «белые медведи».	Бег семенящий, скользящий, с высоким поднимание колена, с прыжками продвижением вперед.	Построение в две колонны. На скамье.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его. С Прыжки на скакалке. О Отбивание мяча от пола в движении по кругу. З	«Ловишки с мячом» Кто дольше не уронит	

#### 6л. -7л.

**Задачи:** учить удерживать равновесие при подпрыгивании на двух ногах стоя на гимнастической скамейке; учить делать толчок и полет в прыжках в длину с разбега; прыгать через короткую скакалку, сохранять дистанцию для безопасности других детей; подлезать под гимнастическую скамейку; метать на дальность правой, левой рукой. Продолжать учить детей ползать по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Продолжать развивать чувство ритма в музыкально-ритмической

композиции, координировать действия рук и ног. Отрабатывать быстроту и внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

### Коррекционная работа.

Использовать игры и упражнения для тренировки («Прыгни-повернись», «Догони соперника», «Коршун и насекомая», «Делай так», «Делай фигуру»). Развивать глазомер в метании на дальность. Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать.

Ноябрь 1 неделя. «Выше ноги от земли».	Ходьба обычная, имитацией животных.	Бег в разном темпе, бег с препятствием – змейкой, по доске.	Построение в две колонны. С мячом.	Перебрасывание мяча через сетку. О Прыжки с высоты в обруч и на возвышение. З Катание мяча ногами. П	«Добежать до ориентира» Ловишки с мячом;	На месте с высоким подниманием колена (бедро), касаясь коленом веревки
2 неделя. «На прогулку».	Ходьба обычная, змейкой, приставным шагом, перекатом с пятки на носок.	Бег обычный, поскоками, боковой галоп, по канату.	Перестроение в три колонны. Со скакалкой.	Прыжки через скакалку. О Лазанье по гимнастической стенке. З Перебрасывание мяча через сетку. П	«Ловишки с мячом» Медведи и пчелы;	Лазание по наклонной гим. лестнице (угол наклона 30-60) одноименным и разноименным способами
3 неделя. «Друг».	Ходьба парами, на носках, на высоких четвереньках, «белые медведи».	Бег обычный, враспынную, змейкой, «обезьянки».	Построение в две колонны. Парами.	Стоя на скамье с отбиванием мяча об пол. П Забрасывание мяча в корзину. О Прыжки на мягкое покрытие и спрыгивание с него в обруч. З	Кто дольше не уронит Ловкий оленевод;	Прокатывание набивного мяча по ограниченному пространству
4 неделя. «Забавы зимушки – зимы».	Имитация ходьбы лыжника, конькобежца, обычная, широким шагом.	Бег обычный, с преодолением преград – змейкой.	Перестроение в три колонны. С маленькими мячами.	Метание вдаль правой и левой рукой. О Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет П Ходьба, по скамье с переключением мяча из рук в руки перед собой. З	Мяч сквозь обруч; Гуси-лебеди;	Сохранение равновесия: а) стоя у стены б) отступи от стены на шаг в) стоя на одной ноге, используя опору для рук

**3г.-4г. Задачи:** учить ползать на средних четвереньках по наклонной доске, перебрасывать мяч через палку, метать мешочка в даль правой и левой рукой, спрыгивать с высоты в обруч. Повторить ползание на средних четвереньках, ходьбу по скамье, руки в стороны, бросание мяча об пол и ловля его.

**Воспитательные:** Продолжать воспитывать интерес к физкультурным занятиям. Воспитывать бережное отношение к инвентарю, приучать самостоятельно его убирать.

**Коррекционная работа.** Развивать координацию движений и формировать правильную осанку. Развивать глазомер и точность броска при метании в горизонтальную цель. Развивать чувство дистанции, зрительное внимание, координацию и точность движения.

Декабрь 1 неделя. «Котята».	Ходьба на носочках, крадучись, на средних четвереньках	Бег на носках, друг за другом змейкой.	Построение в две колонны. О.Р.У. (маленькими мячами).	1. Ползание на средних четвереньках по наклонной доске. О 2. Подлезание в ворота прямо. З 3. Допрыгивание до клубка. П	«Котята и щенята» «Найди котенка»	Ходьба по размеченному кругу, взявшись за руки.
2 неделя «Щенята».	Ходьба обычная, змейкой, с высоким подниманием колена.	Бег обычный, змейкой, на носках, с остановкой на сигнал.	Построение в круг. О.Р.У. (б. п.).	1. Перебрасывание мяча через палку. О 2. Подлезание под дуги на средних четвереньках с прокатыванием мяча. З 3. Прыжки через палочки. П	«Кто где сидел?» «Найди собачку».	Пробегать в индивидуальном темпе по прямой дорожке 5-6 м, шириной 25-30см.
3 неделя. «Лошадки».	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена.	Бег по кругу взявшись за руки со сменой направления на сигнал, «Лошадки»	Перестроение в шеренгу и равнение по линии, с поворотом в колонну. О.Р.У. (б. п.).	Метание мешочка в даль правой и левой рукой. О Ходьба по скамье руки в стороны. З Перешагивание через набивные мячи. П	«Лошадка» «Лохматый пес».	Выполнять лазание по наклонной гимнастической лестнице (угол наклона 20-30).
4 неделя «Игрушки» А. Барто.	Ходьба с имитацией животных.	Бег с имитацией животных.	Перестроение в круг. О.Р.У. (б. п.).	1. Спрыгивание с высоты в обруч. П 2. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. О 3. Подлезание под дугами, на средних	«Хоровод елочке». «Зайка».	Перепрыгивать через объемный жгут, положенный на пол (диаметр 5-6 см) в направлении вперед.



**4г.-5л.**

**Задачи:** учить прыгать из глубокого приседа в движении, метать мяч в цель, влезать на гимнастическую стенку чередующим шагом; повторить: прокатывание мяча друг другу между предметами, бросание мяча вверх и ловля его, ходьбу по скамье с перешагиванием предметов. Продолжать отработать быстроту и внимание в подвижных играх, соблюдать правила игр. **Воспитательные:** Продолжать воспитывать интерес к физкультурным занятиям. Воспитывать бережное отношение к инвентарю, приучать самостоятельно его убирать, воспитывать волевые качества при отработывании новых движений.

**Коррекционная работа.** Развивать глазомер и точность броска при метании в горизонтальную цель. Развивать координацию и точность движения. Продолжать развивать навыки в ходьбе с сочетанием рук и ног. Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалять мышцы стоп.

Декабрь 1 неделя.	Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса: рывки руками, вращение кистями, на пятках, косичка.	Бег со сменой ведущего, враспынную, с высоким подниманием колена.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три. О.Р.У. с обручами.	Прыжки из глубокого приседа чередуя с расслаблением П Лазанье по гимнастической стенке. 3 Бросание мяча вверх и ловля его. О	«Брось дальше» Мы весёлые ребята; Кролики;	С изменением длины шага (мелкий, широкий) по дорожкам
2 неделя. По сказке «Теремок».	Ходьба по ребристой доске, парами на носках, враспынную.	Бег обычный враспынную, змейкой, парами.	Перестроение в колонну по три. О.Р.У. б. П.	Прыжки в высоту с места. О Ходьба по скамье с перешагивание предметов 3 Попади мячом по ориентиру. П	«Бездомный заяц». «Шалтай-болтай».	Приставные шаги вправо, влево, держась за опору
3 неделя. Сюжетно-игровое	Ходьба обычная, тройчатка, на низких четвереньках,	Бег обычный, враспынную, змейкой, с высоким	О.Р.У. в движении.	Катание мяча, подталкивая головой. П Метание в цель. О Ходьба по скамье с перешагивание предметов	«Кошки-мышки» Башмачник;	Подлезание под веревку правым или
«Котят» ноябрь 1 неделя	Ходьба враспынную с ритмическими	Бег обычный, с высоким подниманием колена	Перестроение в три колонны	Ходьба по канату боком (пятки носки на полу) С	«Шустрый заяц» - прыжки вокруг кеглей	Лазанье по наклонной доске без опоры на руки
4 неделя. «В зоопарк».	Ходьба с имитацией животных.	Бег имитацией животных.	О.Р.У. имитация движения животных.	Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. О Прыжки из обруча в обруч. 3 Влезание по гимнастической лестнице. П	«Мышеловка» «Найди и промолчи»	

**5л.-6л.**

**Задачи:** учить сохранять правильную осанку при ходьбе по наклонной доске; прыгать через короткую скакалку; ползать по гимнастической скамейке опираясь на предплечья и колени; перелезать через несколько предметов подряд; прокатывать набивные мячи. Продолжать учить ходить по гимнастической скамейки приседая на середине, развивать равновесие. Продолжать удерживать вертикальное положение тела при прыжках на одной ноге. Отрабатывать быстроту и внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Коррекционная работа.** Использование игр и упражнений («Делай так», «Передай мяч», «Салки в два круга», «Горелки с платком»). Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалять мышцы стоп.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать.

**6л.-7л.**

**Задачи:** Учить: отбивать мяч от пола между предметами и забрасывать его в корзину от груди, ходить по скамье на высоких четвереньках, ползать по – пластунски, прыгать на скакалке; повторить: ползание по скамье на животе с чередующим перехватом рук, прыжки в высоту с разбега, метание мешочка правой и левой рукой; закрепить: ходьбу по канату разными способами, отбивание мяча от стены с отскоком от пола и ловля его. Продолжать отработать быстроту и внимание в подвижных играх; оттачивать элементы спортивной игры «баскетбол»; соблюдать правила игр.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать интерес к физкультурным занятиям.

**Коррекционная работа.** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалять мышцы стоп. Повышать уровень физической работоспособности. Развивать глазомер и точность броска при бросании мяча о землю и вверх с хлопком.

Ритмопластика.	хлопками под коленом, приставным – пружинистым шагом боком.	Буратино, боковой галоп.	О.Р.У. «Чунга-Чанга».	Прыжки на двух ногах из глубокого приседа. З Мяч от стенки (ловля мяча после отскока от пола). П Элементы баскетбола (ведение мяча с забрасыванием в корзину). О	«Назови свое имя».	лестнице с изменением угла наклона от 30 до 90
2 неделя. «Веселый мяч»	Ходьба с изменением направления, по ребристой доске, по скамье.	Бег обычный, обезьянки, боковой галоп, по сигналу сесть по- турецки.	Построение в три колонны. О.Р.У. с мячами.	Бросание набивного мяча из-за головы двумя руками. П Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие О Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. З	«Догони свою пару» «Кто дальше бросит?»	
3 неделя. «Веселая скакалочка».	Ходьба обычная, косичкой, по диагонали, на носках.	Бег обычный, с препятствиями, змейкой, Буратино, с захлестыванием ног назад.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. Со скакалкой.	Катание набивных мячей друг другу ногами. С Прыжки вверх с места. П Ползание на спине по скамье, подтягиваясь руками. О Работа с мячом в движении. З	«Охотники и зайцы» «Передай мяч».	Бросание мяча вверх в обруч, прослеживая бросок глазами: а) одной рукой б) двумя руками
4 неделя. Фольклорное	Ходьба парами, змейкой, с заданиями для рук.	Бег на носках, парами, спиной вперед, с ускорением, по сигналу.	Перестроение в две колонны парами. О.Р.У. «Ладушки».	Лазание с переход. С пролета на пролет. П Прыжки в длину с разбега на мягкое покрытие. З Ползание по скамейке на спине О Отбивание мяча от пола в движении по кругу. С	«Ловись рыбка» «Перетяни за черту» (в парах перетягивают за руки друг друга у черты).	

### 3г.-4г.

**Задачи:** учить метать вертикальную цель, перелазит через бревно, прыгать из обруча в обруч. Продолжать учить в ходьбе по скамье, ловить мяч брошенный воспитателем, прокатывать мяч. Развивать глазомер, координацию движений, быстроту реакций и внимание в подвижных играх. Воспитывать бережное отношение к инвентарю. Тренировать зрительный ориентир.

Январь. 1-2 недели каникулы построенные на играх.	—	—	—	Катание на санках (дети подготовительных групп катают малышей). Метание снежков Перелезание через бревно.	«Кто быстрее до снеговика». «Кто дальше?» «Догони снежный ком». «Найди и принеси».	Катать мяч по прямой ограниченной плоскости (длина 1-2 м, ширина – 30см).
3 неделя «Мой веселый звонкий мяч».	Ходьба обычная, на носках, на пятках, крадучись.	Бег обычный, стайкой, с высоким поднимание колена, прыжками.	Построение в две колонны. О.Р.У. (с большими мячами).	1. Ходьба по скамье, руки в стороны. 2. Ловля мяча брошенного воспитателем с расстояния 70 – 100 см. 3. Прыжки вокруг мяча.	«Поиграем в футбол». «Пузырь». «Мой веселый звонкий мяч».	Ходьба по извилистой дорожке. Медленно кружиться вправо, влево вокруг гимнастической палки, держась за нее правой и левой рукой.
4 неделя «Волшебный обруч».	Ходьба на носках, приставным шагом боком, на средних четвереньках.	Бег обычный, на носках, «лошадки», «зайчики», крадучись.	Построение в две колонны по ориентирам. О.Р.У. (с малыми обручами).	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча. 3. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через кубики.	«Птички в гнездышках». «На что похож обруч?». «Цветные автомобили».	Пробегать небольшое расстояние за движущимся ориентиром, расположенном на уровне глаз ребенка, соблюдая интервал, сохраняя и меняя направление.

### 4г.-5л.

**Задачи:** Учить отбивать мяч правой и левой рукой на месте, учить метать в горизонтальную и вертикальную цель, учить прыгать в высоту. Продолжать прыгать в дину с места, ходить по скамье с перешагиванием предметов. Развивать глазомер и точность броска, координацию движений, быстроту реакций и внимание в подвижных играх. Воспитывать бережное отношение к инвентарю и самостоятельно его убирать.

Январь 1 неделя Каникулы.	Ходьба имитацией животных.	Бег: «Перебежки».	Построенное на играх.	«Добеги не урони» «Кто дальше бросит». «Сбей колпак».	«Бездомный заяц» «Зайцы и волк» «Перелет птиц» «Угадай где спрятано» ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ. «Кто дальше проскользнет»., Ходьба по снежным валам. Подарки Льдинки, ветер и мороз;	метание на в горизонтальную цель с расстояния 50-70см.
2 неделя Сюжетно-игровая «Пожарные на учении».	Ходьба в чередовании с бегом и прыжками на месте с продвижением вперед.	Бег в чередовании с ходьбой на месте, с прыжками в движении.	Комплекс с хлопками. Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны.	Отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой (5 раз). Пролезание между рейками лестницы на низких четвереньках. Ходьба по скамье и прыгивание в обруч.	«Пожарные на учении» «Пройди под воротами» «Подбрось и поймай» «Перелет птиц» «Кто ушел?» «Не опоздай». Попади в мяч; Цветные автомобили;	Метание в вертикальную цель
3 неделя. «Кузнечик»	Ходьба с преодолением дополнительных препятствий, «топотушки», «Петушок».	Бег обычный, в рассыпную, захлестыванием, «змейкой», с перепрыгиванием.	Перестроения в 2 колонны. Музыкально-ритмическая композиция: «Кузнечик».	Метание предметов в горизонтальную цель. Прыжки в высоту на мягкое покрытие. Лазанье по шведской стенке с переходом на другой пролет.	«Доскачи до мяча» «Кто лучше пройдет» «Быстро подними» «Башмачник» «Кто быстрее на санках» Ручеёк;	Ходьба по канату разными способами
4 неделя	Ходьба обычная, тройчатка, гуськом, с преодолением препятствий, «собачки».	Бег обычный с препятствиями змейкой, боковой галоп, лошадки.	Перестроение в две колонны, размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны. О.Р.У. (с кубиками).	1. Ползание по-пластунски. 2. Прыжки в высоту (15-20 см.). 3. Лазание по шведской стенке с перешагиванием на другой пролет. 4. Ходьба, по скамейке сидя, подтягиваясь ногами. 5. Метание предметов в горизонтальную цель.	«Чье звено быстрее соберется» «Кто ушел» «Бездомный заяц» «Башмачник» «Кто быстрее на санках». Баба Яга; Стой, олень;	Перешагивание через кирпичики.

#### 5л. -6л.

**Задачи:**учить метать в цель от плеча, прыгать на скакалке и вращать обруч. Продолжать учить отбивать мяч о стену и ловить его, прыгать широким шагом, перебрасывать мяч друг другу от груди. Развивать глазомер и точность броска, координацию движений, быстроту реакций и внимание в подвижных играх. Воспитывать бережное отношение к инвентарю и самостоятельно его убирать.

Январь 1-2 недели. Каникулы.	—	—	Занятия, построенные на играх.	Катание на санках. На лыжах. Метание в цель. Прыжки через скакалку. Вращение обруча на талии. Перепрыгивание через сугробы и в них.	«Самый быстрый» «Самый смелый» «Прокатись и присядь» «Самый меткий» «Кто выше подпрыгнет» Пожарные на ученье Попади в цель; Арина; Ловкий оленевод;	
3 неделя. Ритмопластика.	Ходьба – «Ки-ко-ко»	Бег Имитацией животных.	Построение в три колонны. «Большая стирка».	Ходьба по скамье. Прыжки широким шагом по следам. Метание в цель (способом от плеча). Отбивание мяча о стену и ловлей мяча.	«Ловля обезьян» «Мороз – Красный нос» «Найди и промолчи» «Сумей перепрыгнуть». Катание на ледяных дорожках. «На лыжню» Ловля мячей сачками;	Перебрасывание мяча из одной руки в другую

					Физкульт-ура!;	
4 неделя. «Мы баскетболисты».	Ходьба перекатом с пятки на носок, по сигналу принять и. п. – лежа на животе.	Бег с движениями рук – бокс, с высоким подниманием колена, с преодолением препятствий – змейкой.	Перестроение в две колонны. С большим мячом.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его от отскока. Отбивание мяча об пол левой и правой рукой, ведение мяча с забрасыванием в корзину. Передача мяча в парах от груди. Ходьба на лыжах.	«Забей шайбу». «Ловишки с мячом» «Туда и обратно» - на ледяной дорожке. «Выше ноги от земли» «Слепой козел». Городки; Ловишки с мячом;	

#### 6л.-7л.

**Задачи:** Учить отбивать мяч от пола в движении змейкой и по кругу с забрасыванием мяча в кольцо, продолжать учить прыгать на скакалке и вращать обруч на талии, ползать по-пластунски и по скамье лежа на спине. Развивать глазомер и точность броска при забрасывании в корзину, координацию движений, быстроту реакций и внимание в подвижных играх. Воспитывать бережное отношение к инвентарю и самостоятельно его убирать.

Январь 1 – 2 недели построенные на играх.	Ходьба с имитацией животных.	Бег с имитацией животных.	—	Элементы баскетбола. Элементы футбола. Элементы хоккея. Игры с обручем и со скакалкой.	«Угадай спортивный снаряд» Катание на санках. Игры по желанию детей. Обруч через тоннель; Загони льдинку; Два Мороза; Ловкий оленевод	Отбивание мяча а) на месте б) в движении
3 неделя. «Веселый мяч».	Ходьба обычная, елочкой, пингвины, собачки.	Бег обычный, с мячом в руках, с преодолением препятствий, по диагонали.	Расчет на первый второй и перестроение в две колонны. О.Р.У. с мячом.	Отбивать мяч об пол с продвижением по кругу, змейкой, с забрасыванием его в корзину. Лазанье по шведской стенке вниз по диагонали. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы. Ходьба по учебной лыжне.	Кто дальше; Ловля мячей сачками;	
4 неделя. «Веселые обручи».	Ходьба обычная, парами, по мягкому покрытию.	Бег обычный, змейкой, боковой галоп, по различным дорожкам.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. С обручем.	Отбивание мяча от стены, ударение об пол, с поворотом кругом и ловля мяча. Вращение обруча на талии Ведение мяча по кругу правой и левой рукой. Прыжки через скакалку разными способами.	«Светофор» «Задень флажок» - катание с горки на санях. «Кто быстрее на санках?» Ловля оленей;	Прыжки: а) вправо б) влево в) держась за опору

#### 3г.-4г.

**Задачи:** учить прыгать в длину с места, бросать мяч вперед двумя руками из-за головы, лазать по шведской стенке, прыжкам со сменой положения ног; продолжать учить бросать мяч об пол и ловить его, ходить по скамейке на средних четвереньках, прыгать через кирпичики. Продолжать развивать внимание в подвижных соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

<b>Февраль</b> 1 неделя. «Мыши и кот Вася».	Ходьба обычная, змейкой.	Бег обычный, парами, змейкой, «лошадки».	Перестроение в две колонны по ориентирам. О.Р.У. (б. п.).	1.. Прыжки в длину с места. 2. Ходьба по скамье на средних четвереньках 3. Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками.	«Кот и мыши». «Догони мышку».	
2 неделя «Мы – богатыри».	Ходьба обычная, по ребристой доске, по канату.	Бег обычный, с высоким подниманием колена, враспыну.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. (б. п.).	1. Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы. 2. Ходьба по мягким формам. 3. Подлезание под дугой на корточках руки на коленях. 4. Прыжки в длину с места.	«Поезд» «Кот и мыши» «Салют».	

3 неделя «Белые кораблики».	Ходьба по веревке, парами, с высоким подниманием колена.	Бег змейкой – паровозиком, с ускорением, с движениями рук.	Построение в две колонны. О.Р.У. (муз. – ритмическая).	1. Лазание по шведской стенке 2. Прыжки через кирпичики 3. Ходьба по наклонной доске. 4. Перелезание через бревно боком.	«Море волнуется раз» «Веселая карусель». «Попади в колпак».	Индивидуально выполнять бег с остановками у ориентира по сигналу.
4 неделя. «Моряки».	Ходьба обычная, тройчатка, приставным шагом вперед.	Бег враспынную, на носках, с движением рук.	О.Р.У. (на скамье).	1. Прыжки со сменой положения ног (в стороны, вместе). 2. Бросание мяча вперед двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз.	«Найди свой цвет». «Море волнуется раз» «Веселая карусель».	

#### 4г. -5л.

**Задачи:** Учить ходить с мешочком на голове, прыгать в высоту до предмета, ходить по скамье с предметом, лазать по шведской стенке; продолжать отрабатывать пролезание через обруч боком, отрабатывать прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бросание мяча из-за головы. Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Февраль 1 неделя. «Февраль на дворе».	Ходьба обычная, на носках с высоким подниманием колена, в полуприсяде, быстрым шагом.	Бег обычный, с ускорением, между предметами, змейкой, боковой галоп, с высоким подниманием колена.	Повороты кругом. О.Р.У. (с палкой).	1. Ходьба по доске с мешочком на голове. 2. Подлезание в обруч правым, левым боком. 3. Влезание на шведскую стенку и спуск с нее. 4. Метание в цель.	«Великаны, карлики» «Море волнуется» «найди себе пару» «Зайцы и волк» «Перелет птиц» «Карусель» «Мыши в кладовой». Ручейки и озёра;	Пролезание с одного пролета на другой вправо и влево в объеме 1-2 циклов.
2 неделя. «Путешествие в зоопарк».	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена, змейкой, на сигнал с поворотом вокруг себя.	Бег с высоким подниманием колена, чередование обычного бега с бегом на месте, змейкой.	Повороты кругом, стоя на месте, - прыжком. О.Р.У.	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой об пол. 3. Пролезание в обруч правым, левым боком.	«Найди свой цвет» «Кто быстрее» «Кто пролезет» «Подбрось и поймай» «Попади снежком в цель». Цветные автомобили; Кот и мышь;	Бросание фиксированного мяча от себя без ловли его руками.
3 неделя «Мой веселый звонкий мяч».	Ходьба обычная, тройчатка, со сменой положения рук, по ребристой доске.	Бег обычный, прыжками, по сигналу (мяч за голову, между ног).	Перестроение в 2 колонны. О.Р.У. (с мячом).	1. Ходьба по скамье с мячом в прямых руках над головой. 2. Прыжки с зажатым мячом между ног в движении по кругу. 3. Бросание мяча из-за головы двумя руками через препятствия.	«Перелет птиц» «Передай мяч» Игры с санками. Игры в хоккей: «Забей шайбу», «передай шайбу».	Перешагивать через кирпичик, положенный на пол, повторяя один цикл 2-3 раза.
4 неделя. «Солнышки»	Ходьба обычная, тройчатка, топотушки, «петушок».	Бег обычный, змейкой с захлестыванием ног назад, боковой галоп.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. (с маленькими мячами).	1. Прыжки в высоту. 2. Лазанье по шведской стенке с переходом на другой пролет. 3. Ползание на четвереньках между предметами. 4. Ходьба по скамье с вытянутыми руками над головой.	«Доскачи до колечка» «Кто дальше бросит» «Кто лучше пройдет» «Перетяни канат» «Башмачник» «Кто быстрее на санках».	Катание мячей друг другу по ограниченному пространству, (по коридору, длина 2м. ширина 70-50см.) не касаясь барьера.

#### 5л. -6л.

**Задачи:** учить прыгать на возвышенность; лазать по гим. лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в перелезании с одного пролета на другой.

Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

<b>Февраль</b> 1 неделя. «Пожарные на учении».	Ходьба обычная, широкой змейкой, на сигнал поворот в обратную сторону.	Бег обычный, змейкой – с преодолением препятствий, враспынную.	Перестроение в три колонны. С обручами.	Ходьба по доске с мешочком на голове. Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие. Ползание по-пластунски. Мяч в корзину, от груди. Легкий бег по доске.	Катание на санках – эстафета. «Не задень» «Метание снежков» «Из сугроба в сугроб» «Дракон». Охота на оленей;	Переступание по веревке с использованием рук а) вправо б) влево
2 неделя. «Чунга – Чанга».	Ходьба – «Ки-ко-ко».	Бег с движениями рук, имитацией животных.	Построение в две колонны. Ритмика	Подлезание под дугу в полном приседе, руки на коленях. Перебрасывание мяча через сетку. Легкий бег по доске.	«Летает, не летает» «Передай мяч» «Карусель» «Выше ноги от земли» «Забей шайбу». Оленьи упряжки; Стадо.	
3 неделя. «Богатыри».	Ходьба обычная, тройчатка, на низких четвереньках.	Бег обычный, по сигналу (сделай фигуру спортсмена), враспынную, с препятствиями – змейкой.	Перестроения в три колонны. С гантелями.	Ползая по скамье сидя, подтягиваясь ногами. Прыжки в длину с разбега. Отбивание мяча от пола с продвижением вперед. Толкание набивного мяча ногами друг другу.	«Кто дальше» «Кто быстрее» «Выше ноги от земли» «Не потеряй груз» «Доберись и подай сигнал» (лазанье). Река, ров; Бабка Ёжка;	
4 неделя. «Мое желание».	Ходьба имитацией животных.	Бег с имитацией животных.	Перестроение свободное. С палками.	О.В.Д. – по желанию детей.	Игры по желанию детей. Набрось кольцо Шишка – камешек;	

#### бл. -7л.

**Задачи:** учить сохранять равновесие в ходьбе по узкой рейке гим. скамейки; ползать по -пластунски; прыгать на возвышенность; лазать по гим. лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в перелезании с одного пролета на другой.

Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

<b>Февраль</b> 1 неделя. «Косичка».	Ходьба обычная, по канату, белые медведи, змейкой.	Бег обычный, парами руки скрестно перед собой, боковой галоп.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. С косичкой.	Ползание по-пластунски под скамьей. Прыжки в высоту с разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы. Ходьба между предметами.	«Пингвины с мячом». «Сбей кеглю» «Кто быстрее?» «Летает, не летает». «Пробеги не задень». Переправа через болото; Ловишки парами;	
2 неделя. Традиционное.	Ходьба обычная, по ребристой доске, тройчатка, змейкой.	Бег обычный, по диагонали, со сменой направления, обезьянки.	Перестроение свободное О.Р.У. Без предметов.	Ходьба по наклонной доске. Перепрыгивание боком через бруски. Метание в вертикальную цель. Прыжки на скакалке.	«Подбрось, поймай». «Перелет птиц» «Ловим снежинку» «Догони свою пару» «Стой» «Мышеловка» Пингвины с мячом; Бездомный заяц;	
3 неделя. Сюжетное: «Иван крестьянский сын и Чудо-Юдо».	Ходьба обычная, по скамье, тройчатка, лошадки, косичка с движениями рук.	Бег обычный, с препятствиями.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. С палками.	Ползание по скамье непрерывным способом. Прыжки в высоту с разбега. Упр. С мячом.	«Дракон» «Выше ноги от земли» «Назови свое имя» «Сбей кеглю шайбой» «С кочки на кочку» Большая птица; Два Мороза;	

4 неделя. «Богатыри»	Ходьба обычная, тройчатка, по ребристой доске, по скамье на носках, змейкой.	Бег обычный, с имитацией животных.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. С бутфорскими гантелями.	Прыжки в длину с места. Подлезание по дугу. Прыжки на батуте. Бросание мяча вверх с хлопками. Ходьба по учебной лыжне на лыжах.	«Совушка» «Ловишки с лентами» «Пробеги не задень» «Кинь снежок дальше». Волк во рву Нарты;	
-------------------------	--	------------------------------------	---	---	---	--

### 3г. -4г.

**Задачи:** учить прыгать в длину с места, бросать мяч вперед двумя руками из-за головы, лазать по шведской стенке, прыжкам со сменой положения ног; продолжать учить бросать мяч об пол и ловить его, ходить по скамейке на средних четвереньках, прыгать через кирпичики. Продолжать развивать внимание в подвижных и соблюдать правила игр. **Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Март 1 неделя. «Здравствуй весна».	Ходьба широким и мелким шагом со сменой направления по сигналу.	Бег по извилистой дорожке, враспынную по лужайке.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. О.Р.У. (с мелкими предметами).	1. Прыжки в глубину. 2. Ходьба по ребристой доске перешагивая кубики. 3. Подлезание под дугами. 4. Прыжки со сменой положения ног.	«Поезд». «Поросята и волк». «У медведя во бору».	Бросать вверх и вниз мяч, правой и левой рукой
2 неделя «В гостях у МишкиТоптыжки».	Ходьба парами, враспынную	Бег враспынную, змейкой, на носках.	Построение в круг. О.Р.У. (с кубиками).	1. Ходьба по кирпичикам. 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Ползание по наклонной доске.	«У медведя во бору». «Принеси мишке меда».	
3 неделя «В гостях у солнышка».	Ходьба обычная, по ребристой доске с перешагиванием через кирпичики.	Бег обычный, на носках, взявшись за руки по кругу.	Построение в шеренгу. О.Р.У. с шариками.	1. Бросание мяча из-за головы двумя руками (через шнур). 2. Ходьба по кирпичикам. 3. Прыжки через предметы. 4. Влезание на шведскую стенку и сплезание с нее.	«Солнышко и дождик» «Найди свой цвет» «Мыши и кот».	Пробегать в ограниченном пространстве (между цветными шнурами, расстояние 1м).
4 неделя «Волчата».	Ходьба по ребристой доске, парами, крадучись.	Бег враспынную, на носках, змейкой.	Построение в шеренгу. О.Р.У. (с палками).	1. Подлезание под дугу на низких четвереньках. 2. Бросание мешочка из-за головы правой и левой рукой. 3. Прыжки на двух ногах через предметы.	«Найди свой цвет». «Воробышки и кот».	

### 4г. -5л.

**Задачи:** Учить ходить с мешочком на голове, прыгать в высоту до предмета, ходить по скамье с предметом, лазать по шведской стенке; продолжать отрабатывать пролезание через обруч боком, отрабатывать прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бросание мяча из-за головы. Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях. **Коррекционная работа:** Продолжать учить детей строится в шеренгу и колонну, свободно двигаться по залу с ориентирами и без них.

Использовать зрительные ориентиры (кубики, флажки) при обучении ходьбе по диагонали, в прыжках в заранее обозначенное место, в метании в цель.

Март. 1 неделя «Волшебные палочки».	Ходьба обычная, тройчатка, с по шнуру правым, левым боком и прямо.	Бег обычный, боковой галоп, змейкой, с захлестыванием ног назад.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. О.Р.У. (с палкой).	Прыжки через палки. Метание мешочков в цель. Бросание мяча друг другу и ловля его с расстояния (1-1,5 м.).	«Подбрось, поймай» «Пастух и стадо».	С изменением длины шага (мелкий, широкий)
2 неделя. «Волшебные»	Ходьба обычная, тройчатка, со	Бег обычный, со средней скоростью 40-	Перестроение в 2 колонны.	1. Лазание по гимнастической стенке. 2. Метание набивного мяча.	«Бездомный заяц» «Подбрось, поймай»	Приставные шаги вправо, влево, держась за опору

колечки».	сменой положения рук.	60 м в чередовании с ходьбой, с высоким подниманием колена.	О.Р.У. (с кольцами).	3. Прыжки в длину с места.		
3 неделя. «В гости к Красной Шапочке».	Ходьба с высоким подниманием колена, по веревке, по ребристой доске.	Бег змейкой, лошадки, парами, с остановкой на сигнал.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. (с кирпичиками).	1. Ползание на средних и низких четвереньках. 2. Прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие 3. Метание предмета на дальность.	«Сбей кеглю» Льдинки, ветер и мороз;	Игровые задания в ограниченном пространстве: а) помоги матрешке пройти между пирамидами б) прокати мяч между кеглями
4 неделя. Сюжетно-игровое «Автомобилисты»	Ходьба обычная, тройчатка, с заданием на сигнал.	Бег змейкой, широким шагом, с остановкой на сигнал.	Перестроение в обручи. О.Р.У. (с маленькими обручами).	1. Прыжки в длину с места. 2. Лазание по гимнастической стенке. 3. Метание мешочков на дальность. 4. Вращение обруча.	«Найди машинку» «Карусель»	Прыжки вокруг обруча вправо и влево (обруч на уровне пояса ребенка)

#### 5л.-6л.

**Задачи:** учить прыгать на возвышенность; лазать по гим. лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в перелезании с одного пролета на другой. Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Март 1 неделя. «Здравствуй весна»	Ходьба обычная, скрестный шаг, змейкой.	Бег с изменением направления, с высоким подниманием колена.	Перестроение в две колонны. С большим мячом.	Прыжки вверх с разбега, коснуться игрушки. Бросание мяча через шнур, друг другу. Лазание по гимнастической лестнице по диагонали.	«Конкурс лентяев» - релаксация. «Горелки»	
2 неделя. «Народные гуляния».	Ходьба обычная, змейкой, по ребристой доске, по сигналу прыжки.	Бег змейкой, на носках, по сигналу с остановкой, с высоким подниманием колена.	Перестроение свободное. С лентами.	Прыжки в высоту с разбега. Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую. Метание в вертикальную цель.	«Летучий мяч» - ребенок в кругу ловит, или задевает мяч.	На месте с высоким подниманием колена (бедра), касаясь коленом веревки
3 неделя. «Мы спортсмены»	Ходьба обычная, с заданиями для рук.	Бег обычный, змейкой – с препятствиями, с прямыми ногами вперед.	Перестроение в две колонны. С кубиками.	Прыжки в высоту с разбега. Ходьба по скамье правым, левым боком перешагивая мелкие предметы. Метание мешочков в обруч.	«Летает, не летает» «Стой и изобрази спортсмена»	
4 неделя. «В Африку на белом корабле».	Ходьба под музыку «Вместе весело шагать».	Бег под песню «Разминка».	Построение свободное.	Метание малого мяча в движущую цель. Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Прыжки широким шагом из обруча в обруч.	«Охотники и зайцы» «Угадай по голосу»	

#### 6л.-7л.

**Задачи:** учить сохранять равновесие в ходьбе по узкой рейке гим. скамейки; ползать по-пластунски; прыгать на возвышенность; лазать по гим. лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в перелезании с одного пролета на другой.

Продолжать развивать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Март 1 неделя. «Самый активный».	Ходьба обычная, приставным шагом, полуприсед, гуськом.	Бег обычный, змейкой, в рассыпную.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. С маленькой палочкой.	1. Ходьба по скамье с приседанием на середине. 2. Подлезание под дугой правым, левым боком, не касаясь руками пола. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой с продвижением вперед.	«Выше ноги от земли» Паук и мухи;	Метание: а) в вертикальную цель б) в горизонтальную цель
----------------------------------	--	------------------------------------	--	--	--------------------------------------	--



2 неделя. «Мы гимнасты».	Ходьба тройчатка, по веревке боком, пингвины.	Бег обычный, боковой галоп, парами, волки.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. У скамьи.	Прыжки в длину с места. Ползание по-пластунски под скамейкой. Лазание по гимнастической стенке чередующим способом.	«Мы едем, едем, едем» «Второй лишний»	Ходьба на пятках
3 неделя. «Держи меня соломинка, держи».	Ходьба по канату, гусиным шагом, широким шагом.	Бег обычный, широким шагом, с ускорением, обезьянки.	Перестроение в круг. О.Р.У. С длинной веревкой.	Лазание по гимнастической стенке до ориентира. Отбивание мяча о стену двумя руками. Сохранение равновесия стоя на одной ноге.	«Найди свою пару» «Ручеёк»	Бег в разных направлениях по размеченным дорожкам
4 неделя. «Пожарные на учениях».	Ходьба змейкой, косичкой руками моталочка, по ребристой доске, по скамье.	Бег с препятствиями: возле скамьи, обручи, мат, модули.	Перестроение в две колонны. О.Р.У. С обручами.	Прыжки на одной ноге через линию. Ползание по-пластунски. Метание мешочка правой и левой рукой..	«Дойди до флажка, не урони волан» Ловишка, бери ленту;	Переступание вправо – влево по перекладине гимнастической лестнице

### 3г. -4г.

**Задачи:** учить прыгать в длину с места, бросать мяч вперед двумя руками из-за головы, лазать по шведской стенке, прыжкам со сменой положения ног; продолжать учить бросать мяч об пол и ловить его, ходить по скамейке на средних четвереньках, прыгать через кирпичики. Продолжать развивать внимание в подвижных соблюдать правила игр. **Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Апрель 1 неделя. «Магазин игрушек».	Ходьба обычная, с перешагиванием через предметы.	Бег обычный, с остановкой на сигнал, с замедлением и ускорением	Построение в круг. О.Р.У. (б. п.).	1. Прыжки в длину с места. 2. Бросание мешочка правой и левой рукой.	«Наседка и цыплята» «Где цыпленок».	Бросать предметы в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния, доступного для каждого ребенка
2 неделя. «Веселые лягушата».	Ходьба с высоким подниманием колена, со сменой направления по сигналу.	Бег обычный, змейкой, на сигнал присесть, сказать «ква».	Построения в круг. О.Р.У. (б. п.).	1. Перелезание через бревно. 2. Метание на дальность правой и левой рукой.	«Журавли и лягушки» «Цапли».	Ходьба по размеченному кругу, взявшись за руки.
3 неделя. «Веселые гуси».	Ходьба обычная, тройчатка, в глубоком приседе.	Бег обычный, змейкой, враспынную, парами.	Построение в две колонны. О.Р.У. Под мелодию «кукла»	1. Перешагивание набивных мячей. 2. Подбрасывание мяча двумя руками и ловля его.	«Гуси – гуси». «Сделай как я».	Пробегать по одному по извилистой дорожке (шириной 25-30см)
4 неделя. «На помощь колобку».	Ходьба обычная, на носках, широким шагом.	Бег обычный, с высоким подниманием колена, со сменой направления.	Построения в круг. О.Р.У. (с малыми мячами), по сказке «Колобок».	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через ленты. 2. Обивание мяча от пола двумя руками и ловля его	«Веселая карусель» «Найди колобок».	Выполнять лазание по наклонной гимнастической лестнице (угол наклона 20-300).

### 4г. -5л.

**Задачи:** продолжать учить прыгать в высоту до предмета, ходить по скамье с предметом, лазать по шведской стенке; продолжать отрабатывать прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бросание мяча из-за головы. Продолжать развивать чувство ритма в музыкально- ритмических движениях, внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр. **Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Апрель 1 неделя.	Ходьба змейкой, крестным шагом,	Бег с высоким подниманием колена,	Перестроение в круг.	1. Прыжки через кубики. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя	«Не останься без игрушки».	Игровые задания в ограниченном пространстве:
------------------	---------------------------------	-----------------------------------	----------------------	--	----------------------------	--

«Веселые петрушки».	поворотом кругом на сигнал.	врассыпную, змейкой.	О.Р.У. б. п.	руками. 3. Отбивание мяча от пола.	Ручеёк;	а) не <u>натолкнись на предмет</u> б) не задень другого
2 неделя «Веселые туристы».	Ходьба обычная, змейкой, по сигналу сесть по-турецки.	Бег обычный, с остановкой на сигнал: (лечь на живот, присесть).	Перестроение из колонны по одному в колонну по два.О.Р.У. Б.п.	Прыжки через кирпичики, боком. Лазанье по гимнастической стенке. Отбивание мяча от пола.	«Совушка – сова». «Лиса и птицы».	Лазание по наклонной гимнастической лестнице
3 неделя. «Космонавты»	Ходьба обычная, широким, мелким шагом.	Бег на носках, змейкой, с высоким подниманием колена, с заданиями для рук.	О.Р.У. (на скамье).	1. Прыжки на двух ногах через кирпичики. 2. Перебрасывание мяча друг другу. 3. Метание мешочка правой и левой рукой.	«Гуси – лебеди» Донеси – не урони	Метание в вертикальную цель с расстояния 40-50см
4 неделя. «В гости к трем поросятам».	Ходьба чередование мелким и широким шагом, врассыпную.	Бег на носках с поднятыми вверх руками, боковой галоп, на средних четвереньках.	Перестроение свободное по залу. О.Р.У. б. п.	1. Лазанье по гимнастической стенке. 2. Отбивание мяча от пола правой и левой рукой. 3. Ходьба по скамье с перешагиванием через мелкие предметы.	«Найди себе пару» «Волк и зайцы»	

#### 5л. -6л.

**Задачи:** учить прыгать на возвышенность; лазать по гим.лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в перелезании с одного пролета на другой.

Продолжать развивать чувство ритма в музыкально- ритмических движениях, внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

Апрель 1 неделя. «На бревне».	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена, по скамье.	Бег обычный, по сигналу подойти к заданному месту, змейкой.	Перестроение в две колонны. На скамье.	Прокатывание набивного мяча ногами друг другу. Пролезание правым, левым боком в звенья лестницы. Прыжки на скакалке.	«Стой» «Займи свое место в ракете»	Продвижение вперед с мячом по размеченному пути (3-4 м.)
2 неделя. «Космонавты на луне».	Ходьба пружинистым шагом, перекатом с пятки на носок, на высоких четвереньках.	Бег на носках, по сигналу (сесть по турецки), змейкой.	Построение в три колонны. Без предметов.	Прыжки на двух ногах правым, левым боком. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля двумя от отскока от пола. Лазанье по гимнастической стенке.	«Охотники и зайцы» «Догони обруч»	На двух ногах по размеченной дорожке (2-3 м.)
3 неделя. «Будь здоров».	Ходьба под музыку: «Ки-ко-ко». Буренина.	Бег под песню «Красная Шапочка». Буренина.	Построение свободное. О.Р.У. – по желанию детей	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, присесть на середине. Прыжки на скакалке. Перебрасывание мяча друг другу, способом из-за головы.	«Охотники и утки» «Передай мяч»	
4 неделя. «Давай посоревнуемся».	Ходьба имитацией животных.	Бег с имитацией животных.	Перестроение в три колонны. Без предметов.	Прыжки в длину с разбега, подбирая толчковую ногу. Ползанье на средних четвереньках с мешочком на спине. Бросание мяча в корзину от груди.	«Обеги кеглю и не сбей» «Медведи и пчелы» Кто дольше не уронит	Бросание мяча вверх с забрасыванием его в обруч

#### 6л. -7л.

**Задачи:** продолжать учить сохранять равновесие в ходьбе по узкой рейке гим. скамейке; прыгать на возвышенность; лазать по гим.лестнице одноименным способом, отрабатывать прыжки через скакалку, прыжки с места и с разбега; координировать движения рук и ног в переходе с одного пролета на другой. Продолжать внимание в подвижных и спортивных играх, соблюдать правила игр.

**Оздоровительные:** Продолжать формировать правильную осанку, укреплять и закалывать мышцы стоп. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Развивать координацию рук и ног в равновесии.

**Воспитательные:** Воспитывать бережное отношение к инвентарю и приучать самостоятельно его убирать. Продолжать воспитывать дружеские отношения в играх и на занятиях.

занятиях.

Апрель 1 неделя. «На ринге».	Ходьба парами, косичкой, танцевальным шагом.	Бег с имитацией животных.	Перестроение в две колонны парами. О.Р.У. с палкой.	Ползание на спине по скамье, отталкиваясь ногами. Ходьба по скамье с высоким подниманием колена и хлопком под ним. Прыжки высоту доставая предмет.	«Отбей волан дальше» Ловишки парами;	Прыжки на месте: а) держась за спину стула б) с поворотом вокруг опоры несколько прыжков подряд
2 неделя. «Путешествие на луну».	Ходьба тройчатка, белые медведи, гуськом.	Бег обычный, змейкой, по сигналу присесть.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. С мячами.	Отбивание мяча правой, левой рукой в продвижении вперед и забрасыванием мяча в корзину. Лазание по шведской стенке разноименным способом. Метание мешочка правой и левой рукой.	Не урони шарик; Бездомный заяц;	Бросание мяча вверх а) одной рукой б) двумя руками
3 неделя. «Мы сильные, ловкие, смелые».	Ходьба с имитацией животных.	Бег с препятствиями.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. Без предметов.	Прыжки на батуте. Метание в движущуюся цель.	Игры по желанию детей. Прыжки в мешке.	Кружение по одному, с закрытыми глазами
4 неделя. «Мы спортсмены»	Ходьба обычная, тройчатка, по веревке боком.	Бег на носках, по диагонали, змейкой.	Перестроение в три колонны. О.Р.У. Без предметов.	Ходьба по скамье с высоким подниманием ноги вперед, вытянутым носком. Прыжки на батуте. Метание мяча в корзину от груди.	Кто дальше; Бой петухов;	Лазание по наклонной гимнастической лестнице

### Совершенствование координационной сферы

Программа реализует систему работы по совершенствованию **координационной сферы и развитие координационных способностей** детей с ОВЗ. Она осуществляется через распределение специальных физических упражнений, игровых заданий и подвижных игр в образовательный процесс с учетом направленности развития различных видов координационных способностей. Упражнения, игровые задания применяются на утренней гимнастике, между частями упражнений, на занятиях и обязательно при проведении индивидуальной работы с детьми, у которых есть отклонения в здоровье.

	Координационная способность	месяц								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	ориентировка в пространстве	✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓
2	способность к реакции				✓	✓		✓		
3	<b>равновесие</b> <i>статическое</i> <i>динамическое</i>			✓ ✓		✓	✓	✓	✓	
4	дифференцировочная координационная способность	✓	✓		✓		✓			✓
5	<b>упражнения</b> <i>силовые, гибкость</i>	✓	✓		✓		✓	✓	✓	

### Распределение упражнений, игровых заданий на развитие координационных способностей с детьми 5 лет – 7 лет с ОВЗ

	утренняя гимнастика	занятия	индивидуальная работа
<b>октябрь</b>			
ориентировка в пространстве	«Спортсмены» - бег с захлестыванием голени назад, приставным шагом. «Веселые человечки» -хлопки впереди перед грудью и сзади.	«Зайцы» - прыжки из обруча в обруч. «Спортсмены» - бег с высоким подниманием бедра	«Веселые человечки» -ходьба с хлопками под ногой и за спиной
дифференцировочная способность	«Юла»	«Кузнечики» в основной части (см. карточку блок	«Лягушата»

	«Чемпионы» «Кенгуру»	№ 1) «Мяч в обруч» (см.карточку блок № 2)	«Кузнечики на полянке»
силовые упражнения	комплекс упражнений с набивными мячами	комплекс упражнений с набивными мячами	Упражнения для мышц спины, грудной клетки, живота, ног
упражнения на гибкость	Упражнения «Самолет» «Ежик» «Корзиночка»	Упражнения из комплекса хатха-йоги поза «Кобра», «Кольцо», «Черепашка».	Выполнение упражнений на растяжку у гимнастической стенке
<b>ноябрь</b>			
ориентировка в пространстве	Бег врассыпную Бег со сменой направления	Игры «Жмурки», «Волк»	«Найди игрушку» (на развитие слухового внимания)
статическое равновесие	Ходьба с остановкой на сигнал Игра «Замри» или «Позы» (усложненный вариант) Упражнение из и.п. - стоя на одной ноге, руки на поясе: 1.поднять ногу вперед, носок натянуть, 2.согнуть в коленном суставе, 3.с Вытянуть вперед, носок тянуть 4. вернуться в и.п.		Фиксация позы «Аист» (до 8 сек.) стоя на скамейке. Игра «Море волнуется, раз»
динамическое равновесие	Ходьба по буму, по скамейке, с различным положением рук	Ходьба, перешагивая через предметы, руки в стороны, вверх, на поясе Ходьба, по скамейке, с приседом на каждый шаг. Бег по буму	Игровое задание «Вертящийся аист»
<b>декабрь</b>			
ориентировка в пространстве	Полоса препятствий	Игры «Ловишки с мячом», «Чье звено скорее соберется», «Ловишки с лентами»	
силовые упражнения	комплекс упражнений с набивными мячами	комплекс упражнений с набивными мячами	Выполнение вися на перекладине. Сгибание рук из положения лежа на перекладине
упражнения на гибкость	Упражнения «Самолет» «Колечко» «Корзиночка»	Наклоны вперед из положения сед, ноги врозь («Дотянись до игрушки»), вместе, скрестно	Упражнения «Кошка» «Кобра»
реакция на сигнал переключение двигательного действия	Ритмическая гимнастика	Ходьба с поворотом на сигнал Игры: «Будь внимателен», «Подбрось-поймай», «Мы веселые ребята»	Игровое задание с бумажной салфеткой «Поймай салфетку» Игра «Тише едешь, дальше будешь»
<b>январь</b>			
реакция на сигнал, переключение двигательного действия	Игровые задания: «Спортсмены» - на хлопок смена темпа бега (медленный, быстрый) Игры «Зайка, мишка и кузнечик» «Зайчики»	Игра «Удочка» или «Бегущая по волнам»	Игровые упражнения «Карусель», «Зайчики»
динамическое равновесие	Выполнение упражнения в движении по скамейке «Цапля», перешагивая через мячи	игры «Лесная сказка» «Совушка» «Канатаходцы»	Упражнения «Балерина» «Парашютисты» «Слоники»
дифференцировочная способность	упражнение на закрепление (прыжки в высоту с доставкой предмета) «Обезьянки»	Игры «Мяч в обруч» (соревнование, кто больше забросит мячей в обруч) «Колобок»(перекатывание мяча)	«Юла» - повороты на месте, на носках с закрытыми, открытыми глазами», «Мяч в обруч»
<b>февраль</b>			
ориентировка в пространстве	Перестроение Игры «Ловишки с мячом»	«Собери урожай» см.карточку блок №5 Игры «Встречные перебежки»	Прыжки через скакалку

	«Волк» «Не задень»	«Будь внимателен»	
динамическое равновесие	Полоса препятствий Упражнение «Спортивные гимнасты»	Основной вид движения «Разойдись, не упади» игра «Ноги от земли»	Игра «Петушки» «Слоник»
дифференцировочная способность	«Чемпионы» «Лягушата»	игровое задание «Перебрось мяч» «Юла» (на скамейке) основной вид движения – метание	«Мяч в обруч» «Лягушата»
силовые упражнения	упражнения с набивными мячами ил с гантелями (500г) Выполнение упражнения на перекладине «Уголок» 8-10 раз	основной вид движения – вис на кольцах Выполнение упражнения на перекладине – звездочка	Лазание по веревочной лестнице
упражнения на гибкость	Упражнения «Самолет» «Колечко»	Упражнение на гимнастической стенке «Птички на ветке» «Змейка» (журнал «дошкольное воспитание №10-96г.)	Упражнения «Ладони» «Дотянись» «Стрела»
<b>март</b>			
реакция на сигнал переключение двигательного действия	Упражнение «Маляры» игра «Ноги от земли»	Игры «Зайка, мишка и кузнечик» «Удочка»	игра «Замри»
статическое равновесие	Игра «Цапля»	задания «Ласточка» (на буме) Упражнение из и.п.- стоя на одной ноге, руки на поясе: 1.поднять ногу вперед, носок натянуть, 2.согнуть в коленном суставе, 3.согнуть 4. вернуться в и.п.	«Стоп!» Выполнение любых упражнений стоя на скамейке
упражнения на гибкость	упражнения «Корзиночка» «Качалочка»	Упражнения из комплекса хатха-йога «Лодочка» «Кузнечик»	Выполнение упражнений на гимнастической стенке: «Верблюд», «Мостик»
силовые упражнения	Упражнения «Уголок» 8 раз Подним. Туловища из и.п. лежа на спине, согнув колени (15-18р)	Упражнения в парах с набивным мячом (комплекс общеразвивающих упражнений)	Лазание по веревочной лестнице
<b>апрель</b>			
ориентировка в пространстве	Полоса препятствий	Игры «Догони свою пару» «Ловишки с лентами» (в вводной части занятия)	
динамическое равновесие	упражнения в движении, на скамейке	Ходьба по буму, перекладывая мяч под ногой (1 неделя) Прыжки по буму, продвигаясь вперед (4 неделя)	
статическое равновесие	выполнение упражнений стоя на скамейке, удерживая позы 5 – 8 сек	Выполнение упражнения «Ласточка» на буме (5 – 8 сек)	
силовые упражнения	комплекс общеразвивающих упражнений	Вис на перекладине, на кольцах	Лазание по веревочной лестнице

**Дополнительный раздел на развитие двигательного творчества детей на утренней зарядке, физкультурных занятиях, гимнастике после сна и закаливании.**

<b>Задачи</b>			
<b>Дошкольный возраст 3 – 4 года</b>	<b>Дошкольный возраст 4г – 5лет</b>	<b>Дошкольный возраст 5- 6 лет</b>	<b>Дошкольный возраст 6-7 лет</b>

Развитие эмоционально-пластического взаимодействия Развитие способности к образному перевоплощению Формирование у детей представлений о средствах двигательной выразительности, умений вести диалог через язык жестов, мимики.	Освоение способов образного перевоплощения. Развитие образно-пластического творчества в процессе свободной импровизации движений. Формирование у детей представлений о средствах двигательной выразительности, умений вести диалог через язык жестов, мимики.	Развитие умения чутко воспринимать партнера. Освоение способов образно-пластического взаимодействия партнеров Развитие умений передавать образ в движении, но и создавать новое, изменять и преобразовывать структуру движения.	Развитие умения чутко понимать партнера. Развитие умений передавать образ в движении, но и создавать новое, изменять и преобразовывать структуру движения.
--	--	---	---

### Распределение подражательных, двигательных движений на развитие двигательного творчества детей

месяц	Содержание подражательных, двигательных движений на развитие двигательного творчества детей на утренней зарядке, физкультурных занятиях, гимнастике после сна, закаливании			
	Дошкольный возраст 3 – 4 г	Дошкольный возраст 4г. -5лет	Дошкольный возраст 5 – 6 лет	Дошкольный возраст 6-7 лет
<b>С Е</b> <b>Н Т</b> <b>Я Б</b> <b>Р Б</b>	Ходьба и бег врассыпную. Прямой галоп «Конь», «Зайка», «Грузовик» <sup>1</sup> ходьба на носочках «Потянись к солнышку» «Большое солнышко» (круговые движения рук через стороны стороны – вдох) «Веселая зарядка»	Ходьба. «Высокие и низкие деревья», «Веселые зверята» Игры: «Мой веселый звонкий мяч», «Подарки» Упражнения с речевым сопровождением: «Лошадки», «Медвежонок», «Конь», «Мяч» ОРУ «Мишки-топтыжки».	Игра «Замри». Упражнения на сохранение позы «штанга», «цапля». «удержись» на занятии игра «Скульптор» Наклоны вперед с напряжением	Психогимнастика «Лепим из глины» Имитационные упражнения на утренней гимнастике и физкультурных занятиях «Гном», «Молодой солдат»
<b>О</b> <b>К Т</b> <b>Я Б</b> <b>Р Б</b>	Кружение вокруг себя. Упражнения с речевым сопровождением <sup>2</sup> : «Петушок», «Великаны-гномики», «Бабочки», «Гном» Игры: «Птичка летает», «Птички летите ко мне», «Мыши в кладовой»	ОРУ с мячами. Ритмическая гимнастика под музыку «Кукла» Тематические физ.занятия «Цирк», «Ярмарка» П/И «Лови, бросай – падать не давай», «Брось, догони» Дыхательное упражнение «Надуем мяч»	П/И «Замри» Утренняя гимнастика «Полоса препятствий»- путешествие колобка имитационная ходьба «Волк», «Медведь», прыжки с продвижением вперед Занятие: «кто быстрее до флажка» Игра «Колобок»	Упражнения «Покажи отгадку» (загадки про героев сказки Колобок) ОРУ с мячом. Имитационная и подражательная ходьба «Волк», «Медведь», прыжки с продвижением вперед. Игра «Быстро возьми»
<b>Н О</b> <b>Я Б</b> <b>Р Б</b>	Упражнения с речевым сопровождением: «Воробей», «Ворона» Игры «Кот и цыплята», ОРУ «Кошка точит коготки» <sup>3</sup>	Упражнения: «На полянке», П/И: «Зайцы и волк», «Самолеты» Утренняя гимнастика с речевым сопровождением «Превращение» Ходьба со сменой движений «Волк-заяц»	Утренняя гимнастика с элементами дыхательной гимнастики. Упражнение на расслабление «Отдых на море», «Капитан» Дыхательные упражнения «Подуем на плечо»	Утренняя гимнастика на п/и «Зеркало», «Волк во рву» П/И «Фигура»
<b>Д Е</b> <b>К А</b> <b>Б Р</b> <b>Б</b>	Игры с речевым сопровождением «Веселые зверята», «Елка», «Зайка», «Зимой» П/И «Игра в снежки», «Зайка беленький сидит»	Тематическое физ.занятие: «Магазин игрушек» ОВД – разойдись – не упади по скамейке) Упражнения «Самолет», «Покажи отгадку». Игра «Будь внимателен»	Имитационные движения на утренней гимнастике и занятии «Петушок» Основной вид движения ходьба по скамейке	Утренняя гимнастика под музыку «Кукла». ОРУ с гантелями на физкультурном занятии Упражнения для рук «Штанга», «Силачи» Упражнения на расслабление
<b>Я Н</b> <b>В А</b> <b>Р Б</b>	Игры с речевым сопровождением: «Веселые зверята», «Медвежонок». Упражнение «Это Я», «Волк» П/И «Найди себе пару», «Мой веселый звонкий мяч», «Волшебная дудочка» ОРУ с мячами	П/И «Волк-волчок», «Зайка», ОРУ «Путешествие колобка» (с мячом), Утренняя гимнастика «Полоса препятствий» Отгадай, покажи героев сказки «Колобок» Упражнение «Кошка точит коготки»	Подражательные движения на утренней гимнастике «Кошка», «Любопытный котенок» Полоса препятствий Игровые упражнения с мячом, изображая играющего котенка. Ползание по наклонной доске. П/И «Мышеловка»,	«Театр поз» Подражательные движения «Отгадай и покажи и покажи» П/И «Придумай- покажи», «Фигуры»

<sup>1</sup> Карточка «Коррекция речи детей младшего дошкольного возраста»

<sup>2</sup> Карточка «Игры и упражнения со словами»

<sup>3</sup> Карточка «Комплексы аэробики»

<b>ФЕ ВР АЛ Б</b>	П/И «Кот и мыши», «Котята и щенята» Подражательные упражнения «Котята», «Мышки»	Подражательные движения «Крадучись», «Петушок», «Мышки – норушки» П/И «Лиса в курятнике», «Кот и мыши» Упражнение на расслабление «Потянись»	Подражательные движения на утренней гимнастике «Кошка», «Любопытный котенок» Упражнения «Покажи отгадку» (утка, волк) Игра малой подвижности «Летает – не летает»	П/И «Здравствуй – догони», «Ловишки с мячом» Имитационная ходьба и бег на утренней гимнастике и физкультурном занятии «Волк», «Лиса»
<b>МА РТ</b>	П/И «Солнышко и дождик» с участием персонажей сказки «У солнышко в гостях» Упражнение «Обнимем солнышко»	Утренняя гимнастика в виде полосы препятствий (перешагивая через косички, крадучись между предметами, подлезание под дугу, ходьба по скамейке). Выполнение подражательных упражнений с речевым сопровождением в вводной части физкультурного занятия: «Петушок», «Лиса », «Котята» Игра «Ниточка – иголочка»	Упражнения на сохранение и принятие позы «Стоп – кадр» Подражательные движения «Гимнасты», «Силичи» П/И «Замри» Ритмические упражнения «Волшебный цветок»	Бег выполняя плавные движения руками вверх-вниз (во время выполнения бега дети имитируют приседание на «цветок», кружение в парах)»Бабочки танцуют) Выполнение движений в соответствии с текстом «На полянке»
<b>АП РЕ ЛБ</b>	Ходьба враспынную, приседая Игры: «Птичка летает», «Птички летите ко мне»		П/И «Баба яга» Упражнение на расслабление «Волшебный сон», мимическая гимнастика «Театр мимики» ОВД – прыжки на одной ноге	Ходьба крадучись «Лиса» («Покажи отгадку») Физ.минутка «Птички». П/И «Догони пару»
<b>МА Й</b>	«Прыжки через ручейки» «Найди себе пару»	Выполнение подражательных упражнений с речевым сопровождением в вводной части физкультурного занятия: «Петушок», «Лиса».	Упражнение на расслабление «Волшебный сон», мимическая гимнастика «Театр мимики» П/И «Замри»	Упражнение на расслабление «Волшебный сон», мимическая гимнастика «Театр мимики» П/И «Замри», «Фигура», «Волшебные превращения».

#### Список литературы по образовательной области «Физическое развитие»

1. Артюкова О.И., Теличко Т.В. Антистрессовая гимнастика для детей (оздоровительные игровые комплексы и методические рекомендации)
2. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим»
3. Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.

Автор	Технология	Используемое содержание технологий
В.Г.Алямовская	«Как воспитать здорового ребенка» авторская программа	оздоровительный бег на воздухе в среднем темпе, закаливание «Обширное умывание». Комплексы гимнастики после дневного сна– для поднятия мышечного тонуса, профилактики нарушений осанки
Е.В. Вавилова	«Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать» методические рекомендации по развитию физических навыков у детей	подвижные игры во всех возрастных группах, основные виды движений для индивидуальной работы с детьми на прогулке)
М.Н.Лазарев	«Здравствуй!» Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста	Элементы дыхательной гимнастики направленные на профилактику ОРЗ: «целебные звуки», Диагностика двигательных навыков.
В.Т.Кудрявцева, Б.Б. Егоров	«Развивающая педагогика оздоровления» Программно – методические рекомендации по оздоровлению детей	подвижные игры по развитию координационных способностей; игровые упражнения на развитие различных групп мышц; рекомендации воспитателям по организации двигательного режима)
Т.А.Тарасова	«Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»	мониторинг физического развития детей 2 – 4 лет
М.А.Рунова	«Двигательная активность в детском саду»	хождение по «дорожкам здоровья» – профилактика плоскостопия и ОРЗ
Л.Н.Волошина	«Играйте на здоровье» Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет	п/и с элементами спорта, беседы по видам спорта: хоккей, бадминтон, баскетбол, городки
Т.И. Осокина	«Физическая культура в детском саду» методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду	комплексы занятий, утренней гимнастики, подвижные игры в разных возрастных группах

И.В. Чушаха	«Здоровый ребенок в здоровом социуме»	перспективное планирование материала по формированию валеологической культуры (для детей 5 – 7 лет); литературные произведения к планированию
-------------	---------------------------------------	---

### 2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

«Физическое развитие»		
Двигательная активность, занятия физкультурой Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) (музыка, песни) (непосредственная помощь воспитателя) Объяснения, пояснения, указания Подача команд, распоряжений, сигналов Вопросы к детям рассказ, беседа Словесная инструкция Повторение упражнений без изменения и с изменениями Проведение упражнений в игровой форме; Проведение упражнений в соревновательной форме	Физкультурное занятие Утренняя гимнастика Игра Беседа Интегративная деятельность Контрольно – диагностическая деятельность Спортивные и физкультурные досуги Спортивные состязания Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность Проблемная ситуация

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

Взаимодействие взрослых с детьми пронизывает все направления образовательной деятельности. Это взаимодействие вытекает в процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми в самостоятельной деятельности в предметной среде и называется процессом овладения культурными практиками.

#### Видовое содержание образовательной деятельности педагога с воспитанникам

ПОНЕДЕЛЬНИК		
Образовательная область	Первая половина дня	Вторая половина дня
<b>Физическое развитие</b>	Утренний прием детей на улице Утренняя гимнастика Физкультурные занятия	Индивидуальная работа по развитию движений
ВТОРНИК		
<b>Физическое развитие</b>	Прием детей на улице Утренняя гимнастика	Физкультурные досуги, игры и развлечения Самостоятельная двигательная деятельность Занятие по парциальной образ. Программе доп. образования «Сильные, смелые, ловкие»
СРЕДА		
<b>Физическое развитие</b>	Прием детей на улице Утренняя гимнастика Занятия	Физкультурные досуги, игры и развлечения Самостоятельная двигательная деятельность Индивидуальная работа
ЧЕТВЕРГ		
<b>Физическое развитие</b>	Прием детей на улице Утренняя гимнастика Хороводные игры	Физкультурные досуги, игры и развлечения Самостоятельная двигательная деятельность Индивидуальная работа
ПЯТНИЦА		
<b>Физическое развитие</b>	Утренний прием детей на улице Утренняя гимнастика занятия по физкультуре	Подвижные игры, игры спортивной направленности Индивидуальная работа

### 2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Условия, необходимые для развития познавательно-интеллектуальной активности детей



Развивающая предметно-пространственная среда **разнообразна по своему содержанию**

Содержание развивающей предметно-пространственной среды учитывает **индивидуальные особенности и интересы** детей конкретной группы

В группе преобладает **демократический стиль общения** воспитателей с детьми

Воспитатели и родители развивают умения детей осуществлять **выбор деятельности и отношений** в соответствии со своими интересами

**Родители** в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимался, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового и т. д.

#### Эффективные формы работы для поддержки детской инициативы

##### Проектная деятельность

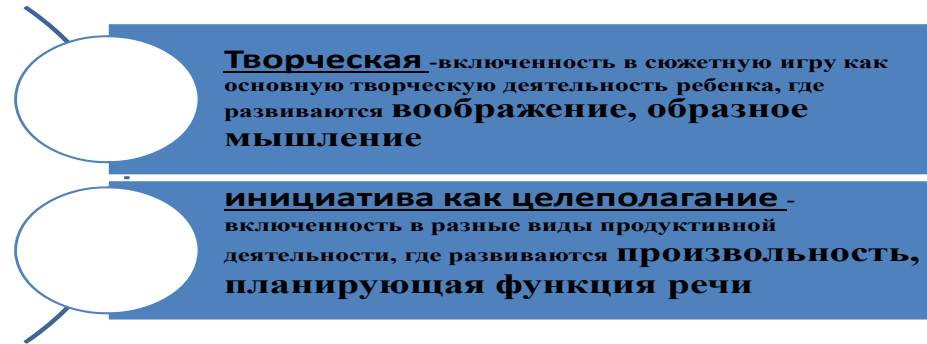
Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей  
- опыты и экспериментирование

Наблюдение и элементарный бытовой труд в центре экспериментирования

Совместная деятельность взрослого и детей  
по преобразованию предметов рукотворного мира и живой природы

Создание условий для самостоятельной деятельности детей в центрах развития

# Поддержка детской инициативы



**Основанием выделения сторон (сфер) инициативы** послужили мотивационно-содержательные характеристики деятельности, т.е. собственно предметно-содержательная направленность активности ребенка

К этим сторонам (сферам) инициативы были отнесены следующие:

1) **творческая инициатива** : в процессе игры может переходить от одной роли к другой.

Ключевые признаки: имеет первоначальный замысел, легко меняющийся в процессе игры; принимает разнообразные роли; при развертывании отдельных сюжетных эпизодов подкрепляет условные действия ролевой речью (вариативные диалоги с игрушками или сверстниками)

2) **инициатива как целеполагание и волевое усилие (художественная)** (включенность в разные виды продуктивной деятельности – рисование, лепку, конструирование, требующие усилий по преодолению «сопротивления» материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи)

Обнаруживает конкретное намерение-цель («Хочу нарисовать домик... построить домик..., слепить домик») – работает над ограниченным материалом, его трансформациями; результат фиксируется, но удовлетворяет любой (в процессе работы цель может изменяться, в зависимости от того, что получается).

**Ключевые признаки.** Формулирует конкретную цель («Нарисую домик»); в процессе работы может менять цель, но фиксирует конечный результат («Получилась машина»).

3) **коммуникативная инициатива** (включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи)

Намеренно привлекает определенного сверстника к совместной деятельности с опорой на предмет и одновременным кратким словесным пояснением замысла, цели («Давай играть, делать...»); ведет парное взаимодействие в игре, используя речевое пошаговое предложение – побуждение партнера к конкретным действиям («Ты говори...», «Ты делай...»), поддерживает диалог в конкретной деятельности; может найти аналогичный или дополняющий игровой предмет, материал, роль, не вступая в конфликт со сверстником.

**Ключевые признаки** Инициатирует парное взаимодействие со сверстником через краткое речевое предложение-побуждение («Давай играть, делать...»); начинает проявлять избирательность в выборе партнера.

4) **познавательная инициатива – любознательность** (включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно- следственные и родо-видовые отношения)

Предвосхищает или сопровождает вопросами практическое исследование новых предметов (Что это? Для чего?); обнаруживает осознанное намерение узнать что-то относительно конкретных вещей и явлений (Как это получается? Как бы это сделать? Почему это так?); высказывает простые предположения о связи действия и возможного эффекта при исследовании новых предметов, стремится достичь определенного эффекта («Если сделать так..., или так...»), не ограничиваясь простым манипулированием; встраивает свои новые представления в сюжеты игры, темы рисования, конструирования.

**Ключевые признаки**

Задаст вопросы относительно конкретных вещей и явлений (что? Как? Зачем?); высказывает простые предположения, осуществляет вариативные действия по отношению к исследуемому объекту, добиваясь нужного результата.

## 2.6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Признание приоритета семейного воспитания (Семейный кодекс, статья 63, пункт 1; Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, статья 44, пункт 1) требует совершенно иных отношений семьи и дошкольного учреждения. Эти отношения определяются понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

Сотрудничество – это общение «на равных», где никому не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.

Взаимодействие – способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения.

Цель взаимодействия педагогов и семьи – активное участие родителей в педагогическом процессе, оказание им помощи в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

Принципы работы с семьями воспитанников: -открытость детского сада для семьи; -сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей;

-создание единой развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе.

Функции работы с семьей: ознакомление родителей с содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса; психолого-педагогическое просвещение; вовлечение родителей в совместную с детьми и педагогами деятельность; помощь семьям, испытывающим какие-либо трудности; взаимодействие педагогов с общественными организациями родителей – родительские собрания, родительский комитет, Совет родителей (законных представителей) ДОУ.

Задачи:

-Рассматривать воспитание и развитие детей не как свод общих приемов, а как искусство диалога с конкретным ребенком и его родителями на основе знаний психологических особенностей возраста, с учетом предшествующего опыта ребенка, его интересов, способностей и трудностей, которые возникли в семье и образовательном учреждении.

-Восхищаться вместе родителями инициативности и самостоятельности ребенка, способствуя формированию у ребенка уверенности в себе и своих возможностях и вызывая у родителей чувство уважения к себе, как воспитателю своих детей.

-Регулярно в процессе индивидуального общения с родителями обсуждать все вопросы, связанные с воспитанием и развитием детей.

-Проявлять понимание, деликатность, терпимость и такт, учитывать точку зрения родителей.

#### **Поэтапная модель взаимодействия педагога и родителей**

<b>1 этап – ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ</b>	
<b>Педагоги</b>	<b>Родители</b>
Сбор информации (первое общение; беседа, наблюдение; анализ полученных результатов, анализ типа семей)	Сбор информации (знакомство с детским садом (адаптация))
<b>2 этап – ОБЩЕПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ</b>	
Наглядная агитация (стенды, консультации, родительская газета, информационные проспекты, буклеты)	Встреча со специалистами. Просмотр открытых занятий, мероприятий.
<b>3 этап – ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА</b>	
Знакомство с опытом семейного воспитания, традициями, фотовыставки. Выбор содержания, форм с семьей ребенка.	Получение консультативной индивидуальной помощи
<b>4 этап – ИНТЕГРАТИВНЫЙ</b>	
Современные мероприятия (досуги, праздники, круглые столы, «Недели здоровья», конкурсы, выставки, вечер вопросов и ответов, ярмарки, дни открытых дверей)	Совместное обсуждение проблем, участие в совместных делах, деловые игры, дискуссионный клуб.

Родители могут ознакомиться:

- с расписанием образовательной деятельности;

- с расписанием непосредственно - образовательной деятельности;

- с результатами усвоения основной образовательной программы дошкольного образования воспитанниками;

- с ходом образовательной деятельности через информацию в родительских уголках и журнал «Ход и ведения образовательного процесса» в каждой возрастной группе, сайт ДОУ.

Содержание работы с родителями реализуется через разнообразные формы. Главное – побудить у родителей желание стать активными участниками образовательного процесса.

<b>Взаимодействие ДОУ и семьи</b>		
<b>Направления работы</b>		
Взаимопознание и взаимоинформирование	Непрерывное образование воспитывающих взрослых (родителей, законных представителей)	Совместная деятельность участников образовательных отношений
<b>Формы работы</b>		
стенды, сайт ДОУ, горячая линия – на них размещается стратегическая (многолетняя), тактическая (годовая) и оперативная информация.	Родительские собрания (общие, групповые), родительские и педагогические чтения, мастер – классы, тренинги т.д.	проектная деятельность. День открытых дверей досуги, развлечения, спортивные праздники.

Основными формами просвещения являются родительские собрания. Основные формы обучения родителей: лекции, семинары, мастер-классы, проекты.

**Диагностические срезы, анкетирование, опросы** позволяют получить необходимую информацию о семье каждого воспитанника, об уровне общекультурного развития его родителей, наличие у них необходимых педагогических знаний, отношения в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях родителей в психолого-педагогических знаниях. Только используя данные формы сотрудничества возможно осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребенку в условиях ДОУ, повышение эффективности образовательной работы с детьми и построение грамотного общения с их родителями.

**Игры с педагогическим содержанием** предполагают участие не только родителей, педагогов, но и детей.

**Индивидуальные маршруты сопровождения семьи** – это выход на индивидуальные формы сотрудничества, разработка совместных действий ДОУ и семьи по обеспечению развития ребенка в различных сферах. В этих программах обозначены ключевые позиции взаимодействия, мера ответственности сторон, ожидаемые результаты.

**Информационные стенды, папки, альбомы** – для родителей, которые по каким-либо причинам не могут принять участие в очных формах сотрудничества. Н-р, оформляется папка, содержание которой определяется с учетом опыта семейного воспитания конкретной семьи, особенностей ее ребенка и формируется специалистами, педагогами, медиками ДОУ.

**Мастер-классы.** Мастер-класс – особая форма презентации специалистом своего профессионального мастерства, с целью привлечения внимания родителей к актуальным проблемам воспитания детей и средствам их решения. Такими специалистами могут оказаться и сами родители, работающие в названных сферах. Большое значение в подготовке мастер-класса придается практическим и наглядным методам. Мастер-класс может быть организован сотрудниками детского сада, родителями, приглашенными специалистами (художником, режиссером, экологом и др.).

**Поощрение родителей, информационные корзины, использование видеозаписей** являются формами, способствующими активации родителей. Данные формы взаимодействия призваны повысить уровень мотивации родителей на сотрудничество с ДОУ, переориентировать родителей, имеющих потребительский взгляд на ДОУ.

Использование видеозаписей с обучающих и практических мероприятий для детей и родителей, где предполагалось их присутствие. Просматривание кассеты дома спровоцирует у родителей возникновение вопросов, а значит, появится потребность в общении с педагогами, специалистами по их разрешению. Повышает качество сотрудничества взаимообмен видеозаписями о жизни ребенка в семье, о создании условий, о стиле общения в семье, празднование дня рождения и т.д. – это информация к размышлению для педагогов, ведь увидеть ребенка в условиях семьи – это обратная связь и предпосылка к созданию единого образовательного пространства.

**Проектная деятельность.** Все большую актуальность приобретает такая форма совместной деятельности, как проекты. Они меняют роль воспитывающих взрослых в управлении детским садом, в развитии партнерских отношений, помогают им научиться работать в «команде», овладеть способами коллективной мыслительной деятельности; освоить алгоритм создания проекта, отталкиваясь от потребностей ребенка; достичь позитивной открытости по отношению к коллегам, воспитанникам и родителям, к своей личности; объединить усилия педагогов, родителей и детей с целью реализации проекта.

**Семейные праздники.** Традиционными для детского сада являются детские праздники, посвященные знаменательным событиям в жизни страны. Новой формой, актуализирующей сотворчество детей и воспитывающих взрослых, является семейный праздник в детском саду.

Семейный праздник в детском саду – это особый день, объединяющий педагогов и семьи воспитанников по случаю какого-либо события. Таким особым днем может стать День матери, День отца, Новый год, День Победы, Международный День семьи (15 мая), Всероссийский День семьи, любви и верности (8 июля).

Наиболее значимы семейные праздники для семей с детьми раннего возраста, так как малыши в возрасте до 3 лет лучше чувствуют себя, когда на празднике рядом с ними находятся родители.

**Семинары, конференции** для родителей и педагогов носят познавательный характер. Данные формы предполагают знакомство родителей с особенностями возрастного, интеллектуального и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания для формирования у родителей практических навыков.

Привлечение родителей к участию в мероприятиях в качестве экспертов, членов жюри, подчеркивая при этом их значимость.

**Совместные мероприятия праздники, досуги, НОД** – позволяют установить теплые неформальные отношения между педагогами, родителями и детьми. Такие мероприятия помогают создать эмоциональный комфорт в общении, сблизить участников коррекционно-образовательного процесса, способствуют тому, что благодаря установлению позитивной эмоциональной атмосферы, родители становятся более открытыми для общения, в дальнейшем педагогам проще наладить с ними контакты, предоставлять необходимую информацию. Эффективность данных форм будет высокой, если содержание мероприятий соответствует запросам, потребностям и интересам родителей.

- План работы с семьями воспитанников на учебный год представлен в (приложении 4)

### Содержание направлений работы с семьей по образовательной области «Физическое развитие»

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии

негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации.

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

## 2.7. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

**Парциальная образовательная программа дополнительного образования – «Юные атлеты» (программа ДОУ), разработанная на основе программы и технологии физического воспитания детей 5-7 лет «Играйте на здоровье» Л.Н.Волошина, «Спортивные игры и упражнения в д/с» Э.И. Адашквичене и «Сильные, смелые, ловкие» разработанная на основе пособия для воспитателей, инструкторов ФК К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет»**

**Цель программы:** оптимизация двигательной активности детей и достижения «запаса прочности здоровья», развитие двигательных способностей детей, обеспечение высокой физической подготовленности в рамках реализации программы развития ДОУ.

**Основные задачи:**

- развивать двигательную сферу ребенка
- развивать зрительно – моторную координацию
- развивать и формировать двигательные умения и физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость,
- повышение уровня физической подготовленности посредством использования (проведения) силовых упражнений
- приобщение детей к традициям большого спорта;

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста (5 лет - 7 лет). Количество занимающихся – 28 человека. Проведение тренировки – 1 раз в неделю. Продолжительность тренировки – до 30 мин. (дети одаренные в спортивном направлении, способны выдержать максимальную тренировочную нагрузку), в месяц 160 минут. В каникулярный период количество тренировок – 2 раза в неделю продолжительностью до 40 минут, 160 минут. Предполагает выполнение заданий дома по индивидуальным карточкам.

Программа кружка предполагает перспективное планирование каждой тренировки, предполагает использование физкультурных пособий, инвентаря, индивидуальных и групповых карточек – заданий, объединение в играх детей с разным уровнем развития и физической подготовленности (гибкость, сила, равновесие, скоростно-силовая), а также преемственность ДОУ и школы через организацию и проведение тренировок на базе спортивного зала школы.

Игры, игры – упражнения построены на разнообразных двигательных действиях, направленных на развитие какого – либо физического качества. Обязательно в реализацию программы вовлекаются родители: посещение секции, проведение секционных собраний.

Освоение образовательной области «Физическое развитие» предполагает:

- активное участие в разных видах занятий по физической культуре;
- прилагать волевые усилия (выдержку, настойчивость, решительность, смелость) для достижения поставленной цели;
- подчинять свои желания общим требованиям и правилам при выполнении различных подвижных игр и упражнений;

- проявлять инициативу при придумывании вариантов знакомых игр и распределении ролей;
- самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения, используя свой двигательный опыт;
- сознательно относиться к регулированию своей двигательной активности и управлять ею;
- испытывать радость от возрастающей самостоятельности, ловкости, уверенности, возможности продемонстрировать свои успехи перед сверстниками и поделиться с ними накопленными умениями и знаниями

### 2.7.1. Наиболее существенные характеристики содержания Программы (специфика национальных, социокультурных и иных условий)

Президент РФ В.В.Путин в своем Послании Федеральному Собранию Российской Федерации от 12.12.2012 г. говорил о важности воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях. Т.к. дошкольное образование является первым уровнем общего образования (п.п. 1 п.4 ст.10 гл.2 «Система образования» Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ) мы рассматриваем воспитательную деятельность как компоненту педагогического процесса в ДОУ.

Целью воспитательной компоненты является укрепление и развитие воспитательного потенциала в социокультурном пространстве на основе взаимодействия систем общего и дополнительного образования, через создание условий для развития личности ребенка, его духовно-нравственного становления и подготовки к жизненному самоопределению.

Направления воспитательной компоненты	
<b>Здоровьесберегающее воспитание</b>	Формирование: -основ культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье; -навыков сохранения собственного здоровья, овладение здоровьесберегающими технологиями в процессе усвоения дополнительных образовательных программ в свободное время при совместной деятельности педагога с детьми. - представлений о ценности занятий физической культурой и спортом, понимания влияния этой деятельности на развитие личности человека;

**Ожидаемый результат:** закрепление в содержании образования таких ценностей как патриотизм, духовность, нравственность, права человека, инициативное и активное участие в жизни общества, уважение к истории и культуре народов Российской Федерации, ответственность, толерантность, мир, отказ от насилия, межкультурный диалог и т.п.

Условия по реализации воспитательной компоненты:

№ п/п	Направления воспит. компоненты	Через что реализуется
1..	<b>Здоровьесберегающее воспитание</b>	1. Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы
		2. Парциальная образовательная программа дополнительного образования «Скандинавская ходьба» (программа ДОУ), разработанная на основе образовательной программы дошкольного образования «Истоки» под редакцией Л.А.Парамоновой
		3. Парциальная образовательная программа дополнительного образования «Олимпийцы» (программа ДОУ), разработанная на основе Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет «Играйте на здоровье» Л.Н.Волошина, «Спортивные игры и упражнения в д/с» Э.Й.Адашквичене
		4. Парциальная образовательная программа дополнительного образования «Ходьба на лыжах» (программа ДОУ), разработанная на основе образовательной программы дошкольного образования «Истоки» под редакцией Л.А.Парамоновой

### Реализация программ дополнительного образования

Реализация программ дополнительного образования		
Название	Цель	Задачи
<b>«Сильные, смелые, ловкие»</b>	Обеспечить высокую физическую подготовленность и укрепление детей в рамках реализации программы развития ДОУ. Увеличение спектра дополнительных услуг в спортивном направлении	1. Развивать физические качества и обеспечить высокий уровень физической подготовленности в соответствии с возможностями, состоянием здоровья детей; 2. Развивать чувства: товарищества, взаимопомощь и трудолюбие; 3. Приобщение детей к традициям большого спорта; 4. Воспитание силы воли, стремление не пасовать перед трудностями.

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение рабочей программы.

Материально-техническое обеспечение реализации программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания отвечает:

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- возрасту и индивидуальным особенностям развития детей;
- требованиям развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС ДО.

Назначение	Функциональное использование	Используемая площадь
Спортивный зал	Проведение НОД, зарядок с детьми старшего возраста, развлечений, спортивных праздников связанных со спортивной деятельностью детей всех возрастных групп. Организация индивидуальной работы с детьми	202кв.м.
Площадка спортивная	Проведение НОД, зарядок с детьми среднего и старшего возраста, развлечений, связанных с двигательной активностью детей.	144 кв.м.

Оснащение предметно – развивающей среды включающей средства образования и воспитания, подобранные в соответствии с возрастными индивидуальными особенностями детей дошкольного возраста изложено в Модульном стандарте спортивного зала.

#### 3.2. Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания

Одним из условий реализации основной образовательной программы дошкольного образования является наличие и использование учебно – методического комплекта с учетом реализуемой основной образовательной программой «От рождения до школы», парциальных образовательных программ:

№	Примерные комплексно-методические пособия, рекомендованные Министерством Образования РФ для обучения детей дошкольного возраста
1	Физическая культура в детском саду: Пензулаева Л.И.
2	Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим»

При осуществлении образовательного процесса используются педагогические технологии:

Автор	Технологии	Содержание
М.Н.Лазарев	«Здравствуй!» Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста	Элементы дыхательной гимнастики направленные на профилактику ОРЗ: «целебные звуки», Диагностика двигательных навыков.
В.Т.Кудрявцева, Б.Б. Егоров	«Развивающая педагогика оздоровления» Программно – методические рекомендации по оздоровлению детей	Подвижные игры и упражнения на развитие координационных способностей и всех групп мышц
М.А.Рунова	«Двигательная активность в детском саду»	хождение по «дорожкам здоровья» – профилактика плоскостопия и ОРЗ
В.Г.Алямовская	«Как воспитать здорового ребенка» авторская программа	оздоровительный бег на воздухе в среднем темпе, закаливание «Обширное умывание». Комплексы гимнастики после дневного сна– для поднятия мышечного тонуса, профилактики нарушений осанки
Т.А. Тарасова	методических рекомендаций для руководителей и педагогов ДОУ «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»	мониторинг физического развития детей 3-4 лет
Г.Лескова, Н.Ноткина	Методика по Лесковой, Ноткиной (Ленинградский педагогический институт им.Герцена.) Общероссийская система мониторинга физического развития детей. (Утверждено Постановлением Правительства РФ 29.12.2001 г. № 916)	Мониторинг физической подготовленности и физических качеств детей 4-7 лет.

#### 3.3. Планирование образовательной деятельности

В основу организации образовательного процесса определен комплексно – тематический принцип, разработанный в соответствии с возрастом воспитанников, основными направлениями их развития, спецификой дошкольного образовательного учреждения и программой «От рождения до школы», включает время, отведенное на:

- непосредственно – образовательную деятельность;
- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных сферах детской деятельности (социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития детей на фоне их эмоционального благополучия);

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность;
- взаимодействие с семьями детей.

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно – пространственной среды.

### 3.3.1. Проектирование образовательного процесса

№		Ранний возраст	Дошкольный возраст, группы общеразвивающей направленности			
		1-3 года	3г.-4г.	4г.-5л.	5л.-6л.	6л.-7л.
1	Физическая культура	Воспитатель	Инструктор ФК, воспитат.	Инструктор ФК, воспитат	Инструктор ФК, воспитат	Инструктор ФК, воспитат
Психолого – эмоциональное благополучие ребенка						
Культурно – досуговая деятельность: -развлечения; -праздники;-спортивные праздники		Инструктор по ФИЗО	1 раз в неделю 1 раз в месяц 2 раза в год			
Индивидуальная коррекционная работа						
1	Индивидуальная работа по профилактике нарушений осанки и плоскостопия, с ЧБД, с одаренными, на тренажерах, с детьми, которые показали низкий уровень физ.подготовленности, дети с ОВЗ	Инструктор по ФИЗО	ежедневно			

Образовательная деятельность, осуществляемая во взаимодействии взрослого с детьми			
Физическое развитие	1.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни 2.Физическая культура в зале, на воздухе	Интеграция с другими образовательными областями + образовательная деятельность, осуществляемая во взаимодействии взрослого с детьми	Воспитатели, инструктор по ФИЗО

Роль педагога по созданию среды	Роль педагога по отношению к ребенку
<p><b>Особенности организации предметно-пространственной среды для обеспечения эмоционального благополучия ребенка.</b> Обстановка в спортивном зале располагающая, почти домашняя</p>	<p><b>Обеспечение эмоционального благополучия ребенка</b> Для обеспечения эмоционального благополучия педагог: -общается с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз; -внимательно выслушивает детей, показывает, что понимает их чувства, помогает делиться своими переживаниями и мыслями; помогает детям обнаружить конструктивные варианты поведения;</p>
<p>дети быстро осваиваются в ней, свободно выражают свои эмоции. Все помещения детского сада, предназначенные для детей, оборудованы таким образом, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно и свободно. Где детям очень уютно, где можно себя занять интересным, любимым делом.Пребывание в такой среде способствует снятию напряжения, зажатости, излишней тревоги, открывает перед ребенком возможности выбора рода занятий, материалов, пространства.</p>	<p>-создает ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду; -обеспечивает в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.</p>
	<p><b>Формирование доброжелательных, внимательных отношений</b> Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагоги: -устанавливают понятные для детей правила взаимодействия; -создают ситуации обсуждения правил, прояснения детьми их смысла; -поддерживают инициативу детей старшего дошкольного возраста по созданию новых норм и правил (когда дети совместно предлагают правила для разрешения возникающих проблемных ситуаций).</p>
<p><b>Особенности организации предметно-пространственной среды для развития самостоятельности.</b> Среда зала вариативна, состоит из различных площадок (тренажеры, замок, место для игр с мячом, бегом), которые дети могут выбирают по собственному желанию.</p>	<p><b>Развитие самостоятельности</b> Для формирования детской самостоятельности оборудование в спортивном зале располагается таким способом, чтобы дети могли: -учиться на собственном опыте выполнять движения; -находиться в течение занятия, развлечений, праздников как с одновозрастными, так и с разновозрастными детьми;</p>



	<p>-изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;</p> <p>-быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.</p> <p>С целью поддержания детской инициативы регулярно создаются ситуации, в которых дошкольники учатся:</p> <p>-при участии взрослого обсуждать со сверстниками содержание занятия, составить его из понравившегося спортивного оборудования;</p> <p>-совершать выбор и обосновывать его;</p> <p>-предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);</p> <p>-планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;</p> <p>-оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.</p> <p>Важно, что все праздники создаются с учетом детской инициативы.</p>
<p><b>Особенности организации предметно-пространственной среды для развития проектной деятельности.</b></p> <p>Стимулируя детей к исследованию и творчеству, детям предлагается большое количество увлекательных материалов и оборудования.</p>	<p><b>Создание условий для развития проектной деятельности</b></p> <p>С целью развития проектной деятельности педагоги:</p> <p>-создают проблемные ситуации, которые инициируют детское любопытство;</p> <p>- внимательны к детским вопросам, возникающим в разных ситуациях, регулярно предлагать проектные образовательные ситуации в ответ на заданные детьми вопросы;</p> <p>- предлагают детям самим выдвигать проектные решения;</p> <p>-помогают детям планировать свою деятельность при выполнении своего замысла;</p>
<p><b>Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.</b></p> <p>Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровые площадки предоставляют условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещении) трансформируемо (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности).</p>	<p><b>Создание условий для физического развития</b></p> <p>Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, педагоги:</p> <p>ежедневно предоставляют детям возможность активно двигаться;</p> <p>- обучают детей правилам безопасности;</p> <p>- создают доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;</p> <p>-используют различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.</p>

### 3.3.2. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

В Программе отражены созданные психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1.	<b>Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми</b>	предполагает создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.
2.	<b>Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности</b>	сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.
3.	<b>Формирование игры</b>	важнейшего фактора развития ребенка.
4.	<b>Создание развивающей образовательной среды</b>	способствует физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.
5.	<b>Сбалансированность репродуктивной (воспроизведение готового образа) и продуктивной (производящейновыйпродукт) деятельности</b>	то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.
6.	<b>Участие семьи</b>	необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста
7.	<b>Профессиональное развитие педагогов</b>	на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

### 3.4. Режим дня

#### 3.4.1. Примерный режим дня для возрастных групп

Режимные моменты	Возраст / время				
	Ранний возраст	Младший дошкольный возраст	Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст	
				5 -6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, осмотр, игры, дежурство, индивидуальная групповая работа с детьми, самостоятельная деятельность.	07.00 - 08.05 (1 час 5 минут)	07.00 - 07. 52 (52 минут)	07.00 - 08.00 (60 минут)	7.00 - 8.10 (1ч. 10 минут)	07.00 - 08.20 (1 час 20 минут)
Утренняя гимнастика	08.05 - 08.10 (5 минут)	07.52- 08.00 (8 минут)	08.00 - 08.08 (8 минут)	08.10 - 08.20 (10 минут)	08.20 - 08.30 (10 минут)
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10- 08.45 (30 минут)	08.00 - 08.25 (25 минут)	08.08- 08.30 (22 минуты)	08.20 - 08.40 (20 минут)	08.30 - 08.50 (20 минут)
Игры, самостоятельная деятельность, Подготовка к образовательной деятельности.	08.45 – 9.00 (15 минут)	08.25 – 09.00 (35 минут)	08.30-09.00 (30 минут)	08. 40- 9.00 (20 минут)	08. 50- 9.00 (10 минут)
Образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	09.00 - 09.30 (30 минут)	09.00 - 09.40 (40 минут)	09.00 - 09.50 (50 минут)	09.00 - 10.35 (1 час 35мин)	09.00 (08. 50) - 10.50 ( 1 час 50 минут)
Игры, самостоятельная деятельность	09.30 – 10.00 (30 минут)	09.40-10.00 (20 мин.)	09.50 – 10.00 (10 минут)	10.35 – 10.45 (10минут)	10.50-11.00 (10минут)
Второй завтрак	10.00 – 10.10 (10 минут)	10.00 – 10.10 (10 мин.)	10.00 – 10.10 (10 минут)	10.00 – 10.10 (10 минут)	10.00 – 10.10 (10 минут)
Подготовка к прогулке Прогулка. Возвращение с прогулки	10.10 - 11.30 (1ч.40мин)	10.10 –12.00 (1ч. 50мин)	10.10 - 12.10 (2 часа)	10.45 - 12.15 (1 час 30 минут)	11.00 - 12.30 (1час 30 минут)
Артикуляционная гимнастика	11.30 - 11.45 (5 минут)	12.00 – 12.05 (5 минут)			
Подготовка к обеду, обед	11.25 - 12.00 (35 минут)	12.00 - 12.30 (30 минут)	12.10- 12.40 (30 минут)	12.20- 12.50 (30 минут)	12.30 - 12.55 (25минут)
Подготовка ко сну, сон	12.00 - 15.00 (3 ч.)	12.35- 15.00 (2ч.25 минут)	12.40- 15.00 (2ч. 20минут)	12.50- 15.00 (2ч.10 минут)	12.55 - 15.00 (2ч.10минут)
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, гимнастика после сна	15.00 - 15.10 (10 минут)	15.00 - 15.10 (10 минут)	15.00 - 15.15 (15 минут)	15.00 - 15.15 (15 минут)	15.00 - 15.15 (15 минут)
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.25 (15 минут)	15.10 - 15.25 (15 минут)	15.15 - 15.25 (10 минут)	15.15 - 15.30 (15 минут)	15.15 - 15.30 (15 минут)
Подготовка к образовательной деятельности.	15.25 – 15.45 (20 минут)	15.25-15.45 (15 минут)	15.25 – 15.45 (20 минут)	15.30 – 15.45 (15 минут)	15.30 – 15.45 (15 минут)
Образовательная деятельность по подгруппам (общая длительность, включая перерывы) Самостоятельная деятельность детей (свободная подгруппа)	15.45-16.15 (30 минут)	15.45 -16.25 (40 минут)	15.45-16. 35 (50 минут)	15. 45- 16. 45 (60 минут)	15.45-16.55 (1 час 10 минут)

Игры	16.15- 17.00 (45 минут)	16.25 - 17.05 (25 минут)	16.35- 17.20 (45мин)	16.45- 17.15 (30 минут)	16.55 - 17.20 (25 минут)
Подготовка к ужину, ужин	17.00 - 17.30 (30минут)	17. 05 - 17.35 (30 минут)	17.10 - 17.35 (25 минут)	17.15 - 17.40 (25 минут)	17.20 - 17.45 (25 минут)
Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная деятельность детей Уход домой.	17.30 -19.00 (1ч.30 минут)	17.35 – 19.00 (1ч 25 мин.)	17.35 – 19.00 (1ч.25 минут)	17.40 -19.00 (1ч. 20 мин)	17.45 –19.00 (1 час 15 минут)
<b>Длительность в день в часах (минутах)</b>					
Дневной сон	3 часа	2 часа 25 минут	2 часа 20 минут	2 часа 10 минут	2 часа 10 минут
Прогулка	3 часа 15 минут	3 часа 15 минут	3 часа 25 минут	2 часа 50 мин	2часа 45 минут
Совместная и самостоятельная деятельность детей	5 часов 25 минут	5 часов 50 минут	5 часов 35 минут	5 часов 50 минут	5 часов 35 минут
Образовательная деятельность	20 минут	30 минут	40 минут	1 час 10 минут	1 час 30 минут



Месяц	Январь																															итого:	
Неделя	18									19									20									21	3 недели 1 день				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	п	п	п	п	п	п	п	п	п	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у
Количество учебных дней	5									5									5									1	16				
Месяц	Февраль																															итого:	
Неделя	21					22					23					24					24					25					3 недели 4 дня		
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28					
	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	у	у	у	у	у					
Количество учебных дней	4				5					5					2					2					1					19			
Месяц	Март																															итого:	
Неделя	25					26					27					28					29					4 недели 1 день							
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	у	у	у	у	в	в	п	п	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	
Количество учебных дней	4				3					5					5					4					21								
Месяц	Апрель																															итого:	
Неделя	29	30					31					32					33					4 недели 1 день											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
	у	в	в	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	-	
Количество учебных дней	1	5					5					5					5					21											
Месяц	Май																															итого:	
Неделя	34				34				35				36				36					3 недели 4 дня											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	п	п	п	у	у	у	в	в	п	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	
Количество учебных дней	3				4				5				5				2					19											
Месяц	Июнь																															итого:	
Неделя	1						2						3						4						5								
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	-	
Количество учебных дней	21																																
Месяц	Июль																															итого:	
Неделя	5					6					7					8					9												
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	
Количество учебных дней	21																																
Месяц	Август																															итого:	
Неделя	9	10					11					12					13																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	л/п	
Количество учебных дней	23																																

### 3.4.2. Объем образовательной нагрузки

Объем образовательной нагрузки, учебный план в МАДОУ города Нижневартовска ДС №78 «Серебряное копытце» разработан на основе примерной основной образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы для групп общеразвивающей направленности.

Учебный план группы отражает предельно допустимую недельную нагрузку, не превышает установленных норм (соответствует нормативным требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13). В дошкольном образовательном учреждении 9 групп: 2 группы – 2 года -3года; 2 группы – 3года -4 года, 1 группы – 4года -5лет, 2 группы -5лет -6лет и 2 группы – 6лет -7лет. Физкультурные занятия для детей 2года -3 года проводят воспитатели. 2 физкультурных занятия в зале с детьми 3года -7 лет проводит инструктор по физическому воспитанию, а 1 занятие на воздухе проводят воспитатели в соответствии с расписанием занятий.

Продолжительность организованной образовательной деятельности от 15 минут до 30 минут. Перерывы между организованной образовательной деятельности составляет не менее 10 минут.

Дошкольный возраст	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год	Продолжительность занятия	Количество часов в месяц	Количество часов в год
3года-4 года	12	108	15мин.	5 часов	45 часов
4года-5 лет	12	108	20 мин.	6 часов	54 часа
5лет-6 лет	12	108	20-25 мин.	5 часов	45 часов
6лет-7 лет	12	108	30 мин.	6 часов	54 часа

Организация работы по развитию у детей физических качеств и двигательных навыков, а также по поддержке у детей интереса к занятиям физической культуры, индивидуального подхода к каждому ребенку используются различные варианты проведения физкультурных занятий.

п.12.5.Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3-х раз в неделю. Длительность занятий зависит от возраста детей, составляет:

1 раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе.

п.2.6.Содержание программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития образования детей (далее – образовательные области):

-социально – коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно – эстетическое развитие;

**-физическое развитие.**

п.2.10.Объем обязательной части Программы рекомендуется не менее 60% от общего объема; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более 40%.

ГРУППЫ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3г.-7л

Образовательная область	№	Базовый вид деятельности	возраст	Длительность	Количество мин. в неделю	Количество часов в месяц	Количество часов в год
<b>ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</b>							
Физическая культура	1.	Физкультурное занятие	3г-4г	15 мин.	30	5 часа.	45
			4г-5л	20мин	40	6 часов	54
			5л-6л	25 мин.	50	5 часа.	45
			6л-7л	30мин.	60	6 часов	54
ОБЪЕМ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ					<b>80%</b>		
<b>ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ</b>							
Физическое развитие	1.	Физкультурное занятие	5л.-7л	30 мин.	60	240мин	400мин

### 3.4.3. Примерное расписание непосредственно – образовательной деятельности для детей дошкольного возраста (3года – 7 лет) групп общеразвивающей направленности

#### 3.4.4. Расписание образовательной деятельности при 12 часовом пребывании для детей дошкольного возраста (3г.-7л.) в холодный период года

Режим дня составлен с расчетом на 12-часовое пребывание ребенка в детском саду.

Примерный режим дня предусматривает:

- четкую ориентацию на возрастные, физические и психологические возможности ребенка;
- опору на индивидуальные особенности ребенка, что проявляется в подвижном определении времени жизнедеятельности детей;
- выделение достаточного времени для сна и прогулки, строгое соблюдение интервалов между приемами пищи;
- наличие целесообразного отношения организованной взрослыми и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема учебной нагрузки на ребенка.

#### Примерная циклограмма деятельности инструктора ФК

Циклограмма работы предусматривает соблюдение объема образовательной нагрузки на ребенка. Четкую ориентацию на возрастные, физические и психологические возможности детей;

- занятия, утреннюю гимнастику;
- индивидуальную работу; выделение достаточного времени для сна и прогулки, строгое соблюдение интервалов между приемами пищи;
- кружковую деятельность с опорой на индивидуальные особенности ребенка, что проявляется в подвижном определении времени жизнедеятельности детей;
- консультационную работу с родителями и педагогами;
- работу с документацией
- организацию и проведение развлечений, спортивных праздников.

1 ставка

#### Понедельник 6 часов 00 минут

07.50-08.30 утренняя гимнастика

08.30-08.50 индивидуальная работа с детьми младшего возраста 3-4 лет

08.50-09.00 подготовка инвентаря к занятию

09.00-09.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста А 3-4 лет 1 подгруппа

09.25-09.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста А 3-4 лет 2 подгруппа

09.40-09.50 подготовка к занятию

09.50-10.20 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 5-6 лет – 1 подгруппа

10.20-10.25 подготовка к занятию

10.25-10.45 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 5-6 лет -2 подгруппа

10.45-10.50 подготовка к занятию

10.50-11.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 5-6 лет (фронтально)

11.15-11.40 индивидуальная работа

11.40-12.10 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 6-7 лет (фронтально\улица)

13.00-14.00 взаимодействие с воспитателями группы общеразвивающей направленности младшего возраста А 3-4 лет

14.00-15.00 работа с документацией

## **Вторник 6 часов 00 минут**

- 07.50-08.30 утренняя гимнастика
- 08.30-08.50 индивидуальная работа среднего возраста 4-5 лет
- 08.50-09.00 подготовка инвентаря к занятию
- 09.00-09.20 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности среднего возраста 4-5 лет (фронтально)
- 09.20-09.25 подготовка инвентаря к занятию
- 09.25-09.50 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 5-6 лет(фронтально)
- 09.50-10.05 индивидуальная работа
- 10.05-10.10 подготовка инвентаря к занятию
- 10.10-10.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 6-7 лет 1 подгруппа
- 10.45-11.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 6-7 лет 2 подгруппа подготовка инвентаря к занятию
- 11.15-11.30 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста Б 3-4 лет (фронтально\улица)
- 11.30-11.55 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 5-6 лет (фронтально\улица)
- 11.55-12.00 уборка инвентаря
- 13.00-14.00 взаимодействие с воспитателями группы младшего возраста Б 3-4 лет
- 14.00-15.00 работа с родителями

## **Среда 6 часов 00 минут**

- 07.50-08.30 утренняя гимнастика
- 08.30-08.50 индивидуальная работа старшего возраста 5-6 лет
- 08.50-09.00 подготовка инвентаря к занятию
- 09.00-09.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста Б 3-4 лет 1 подгруппа
- 09.15-09.25 подготовка зала
- 09.25-09.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста Б 3-4 лет 2 подгруппа
- 09.40-09.50 подготовка к занятию
- 09.50-10.05 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста А 3-4 лет (фронтально)
- 10.05-10.10 подготовка инвентаря к занятию
- 10.10-10.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 6-7 лет 1 подгруппа
- 10.40-10.50 подготовка зала
- 10.50-11.20 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 6-7 лет 2 подгруппа
- 11.20-11.50 индивидуальная работа
- 11.50-12.00 уборка инвентаря
- 13.00-14.00 взаимодействие с воспитателями групп
- 14.00-15.00 работа с документацией



#### **Четверг 6 часов 00 минут**

- 07.50-08.30 утренняя гимнастика  
08.30-08.50 индивидуальная работа старшего возраста 6-7 лет  
08.50-09.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшая А 5-6 лет 1 подгруппа  
09.20-09.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 5-6 лет 2 подгруппа  
09.40-10.10 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 6-7 лет (фронтально)  
10.10-10.20 подготовка к занятию  
10.20-10.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности среднего возраста Б 4-5 лет (улица/фронтальное)  
10.40-10.50 подготовка к занятию  
10.50-11.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста Б 5-6 лет (улица/фронтальное)  
11.15-11.20 подготовка зала к индивидуальной работе  
11.20-11.40 индивидуальная работа с детьми  
11.40-12.00 индивидуальная работа с детьми  
13.00-14.00 взаимодействие с воспитателями групп  
14.00-15.00 работа с родителями

#### **Пятница 6 часов 00 минут**

- 07.50-08.30 утренняя гимнастика  
08.30-09.00 индивидуальная работа младшего возраста 3-4 лет  
09.00-09.15 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности младшего возраста Б 3-4 лет (фронтально)  
09.15-09.20 подготовка зала  
09.20-09.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности среднего возраста 4-5 лет – 1 подгруппа  
09.50-10.10 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности среднего возраста 4-5 лет – 2 подгруппа  
10.10-10.40 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности старшего возраста А 6-7 лет (фронтально)  
10.40-10.55 непосредственная образовательная деятельность с детьми в группе общеразвивающей направленности среднего возраста А 3-4 лет (улица/фронтальное)  
10.55-11.00 подготовка зала  
11.00-11.30 индивидуальная работа с детьми старшего возраста 5-6 лет  
11.30-12.00 индивидуальная работа с детьми старшего дошкольного 6-7 лет  
13.00-14.00 взаимодействие с воспитателями групп, специалистами  
14.00-14.30 уборка инвентаря  
14.30-15.00 работа с документацией

### 3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, в Программе отражены:

**цель:** построение воспитательно – образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей;

**и задачи инструктора ФК** по организации досуга детей:

Дошкольный возраст (3г.-7л.)
<b>Отдых:</b> Развивать желание в свободное время заниматься интересной и содержательной деятельностью. Формировать основы досуговой культуры (игры). <b>Развлечения:</b> Создавать условия для проявления культурно-познавательных потребностей, интересов, запросов и предпочтений, а также использования полученных знаний и умений для проведения досуга. Способствовать появлению спортивных увлечений, стремления заниматься спортом. <b>Праздники:</b> Формировать у детей представления о будничных и праздничных днях. Вызывать эмоционально положительное отношение к праздникам, желание активно участвовать в их подготовке (украшение спортивного зала к Олимпиаде, спортивным праздникам). Воспитывать внимание к окружающим людям, стремление поздравить их с памятливыми событиями, преподнести подарки, сделанные своими руками. <b>Самостоятельная деятельность:</b> Создавать условия для развития индивидуальных способностей и интересов детей. Формировать умение и потребность организовывать свою деятельность, соблюдать порядок и чистоту. Развивать умение взаимодействовать со сверстниками, воспитателями и родителями.

**Примерные перечни возможных событий, праздников, мероприятий.**

**Праздники.** День защитника Отечества, День Победы, «Лето».

**Забавы.** подвижные игры, аттракционы.

**Примерный перечень спортивных развлечений.**

**Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

«Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

«Спорт — это сила и здоровье», «Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит».

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

«Спорт — это сила и здоровье», «Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит».

**Подготовительная к школе группа (от 6-7 лет)**

«Летняя олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

### 3.6. Организация развивающей предметно – пространственной среды спортивного зала

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями, прилегающими территориями, предназначенными для реализации Программы), материалами, оборудованием, электронными образовательными ресурсами (в том числе развивающими компьютерными играми) и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, предоставляющими возможность учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

РППС в спортивном зале соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и санитарно-эпидемиологическим требованиям, обеспечивает реализацию образовательной программы дошкольного образования, гарантирует:

– охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, в том числе с учетом специфики информационной социализации и рисков Интернет-ресурсов, проявление уважения к их человеческому достоинству, чувствам и потребностям, формирование и поддержку положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, в том числе при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе;

– максимальную реализацию образовательного потенциала пространства дошкольного учреждения, группы и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития;

– построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников

совместной деятельности и общения как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;

–создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования и профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;

–открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания детей, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;

–построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

–создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в дошкольном образовательном учреждении, для детей, принадлежащих к разным национально- культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

РППС выполняет образовательную, воспитывающую, мотивирующую функции. Она не только развивающая, но и развивающаяся. Обеспечивает возможность реализации разных видов детской активности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, конструирования, восприятия произведений словесного, музыкального и изобразительного творчества, продуктивной деятельности и пр., в том числе с учетом специфики информационной социализации детей в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда создана для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

РППС отвечает требованиям федерального государственного образовательного стандарта и является:

1) содержательно-насыщенной – включает средства обучения (в том числе технические и информационные), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

2) трансформируемой – обеспечивает возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

3) полифункциональной – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих РППС,

4) доступной – обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

5) безопасной – все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

При проектировании РППС учитывается целостность образовательного процесса, в заданных Стандартом образовательных областях: социально - коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической и физической.

Для обеспечения образовательной деятельности для **физического и психического развития**, охраны и укрепления здоровья, коррекции и компенсации недостатков развития детей создано достаточно пространства для свободного передвижения детей, а также выделены помещения или зоны для разных видов двигательной активности детей – бега, прыжков, лазания, метания и др. Имеется оборудование, инвентарь и материалы для развития крупной моторики и содействия двигательной активности, материалы и пособия для развития мелкой моторики. Созданы условия для проведения диагностики состояния здоровья детей, коррекционных и профилактических мероприятий.

В соответствии с программой «От рождения до школы» в групповых помещениях каждой возрастной группы имеется специальная зона для деятельности детей – центр активности- центр физического развития.

Насыщенность развивающей предметно-пространственной изложена в Модульном стандарте спортивного зала.

#### 4. Дополнительный раздел программы

##### 4.1. Перечень нормативных и нормативно – методических документов

- В
- связи с изменениями в Уставе ДОУ (Пункт 3.1 раздела III устава изложить в следующей редакции: «3.1. Содержание образовательной деятельности в автономном учреждении определяется образовательной программой дошкольного образования, в том числе адаптированной образовательной программой дошкольного образования, разрабатываемыми и утверждаемыми им самостоятельно в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом соответствующей примерной образовательной программы дошкольного образования») с 01.04.2017 года открыты группы компенсирующей направленности для детей дошкольного возраста (5 лет -7 лет) с задержкой психического развития, для которых разработан план взаимосвязи специалистов ДОУ (приложение 8).
- 1 Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.— ООН 1990.
  - 2 Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. От 31.12.2014, с изм. От 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: pravo.gov.ru.
  - 3 Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
  - 4 Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
  - 5 Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://government.ru/docs/18312/>.
  - 6 Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (зарегистрировано в Минюсте РФ №61573 от 18.12.2020 г.);
  - 7 Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).
  - 8 Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. От 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)
  - 9 Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.— 2014. – Апрель. – № 7.
  - 10 Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).
  - 11 Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебного – методического объединения по общему образованию. Протокол от 20.05.2015г. №2/15)
  - 12 Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.
  - 13 Методические рекомендации по проведению независимой системы оценки качества работы образовательных организаций (утверждено Минобрнауки РФ от 14.10.2013г.)
  - 14 Приказ Минобрнауки РФ от 30.08.2013г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

##### 4.2. Перечень литературных источников

1. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим»
2. Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.
4. В.Г.Алямовская «Как воспитать здорового ребенка» авторская программа
5. Э.Й.Адашквичене. «Спортивные игры и упражнения в детском саду»
- Е.В. Вавилова «Учите детей бегать, прыгать, лезть, метать» методические рекомендации по развитию физических навыков у детей М,1953

6. Л.Н.Волошина «Играйте на здоровье» Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет
7. Н.Н.Ефименко «Театр физического оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста»
8. А.В.Кенеман, Д.В.Хухулаева «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»
9. Т.И. Осокина «Физическая культура в детском саду» методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду
10. М.А.Рунова «Двигательная активность в детском саду»
11. Т.А.Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»

**Педагогическая диагностика (мониторинг) образовательной области «Физическое развитие»**

**Пояснительная записка**

На основании методических рекомендаций для руководителей и педагогов ДООУ Т.А. Тарасовой «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» мониторинг физического развития детей 2-4 лет осуществляется через педагогический контроль.

Педагогический контроль в физическом воспитании – это система показателей, дающих объективную информацию о динамике физических параметров детей (физическое развитие, физическая подготовленность) в процессе их жизнедеятельности, определяющая перспективы роста и развития.

Задачи мониторинга физического развития.

1. Выявить уровень физического развития и физической подготовленности детей.
2. Подтвердить или отвергнуть выбранный путь достижения показателей физического развития, физической подготовленности.
3. Осуществить индивидуально – дифференцированный подход в физическом воспитании детей.

Педагогический контроль проводится два раза в год (в начале года – 3 неделя сентября и в конце учебного года – 4 неделя апреля или 2 неделя мая).

**Задачи педагогического контроля**

Начало учебного года (сентябрь)	Конец учебного года (май)
Выявить уровень физического развития, физической подготовленности и работоспособности детей	
Распределить детей на подгруппы в соответствии с уровнями физической подготовленности	Откорректировать подгруппы детей по уровням физической подготовленности
Составить план работы с детьми в соответствии с уровнями физической подготовленности	Дать анализ динамики показателей физического развития, физической подготовленности и работоспособности детей (по стандартам, индивидуальным приростам). Составить планы работы с детьми в летний период

Содержание педагогического контроля включает в себя тесты, которые позволяют увидеть целостную картину физического состояния каждого ребенка.

**Содержание педагогического контроля**

Виды тестов	Содержание исследования	Специалист
Антропометрические исследования	Длина, масса тела, окружность головы, груди.	Медицинский работник
Стоматоскопические показатели	Стопа, осанка.	Ортопед (хирург)
Физические качества	Сила, ловкость, гибкость, выносливость, быстрота	Инструктор ФК, воспитатель
Двигательные умения и навыки	Сформированность двигательных навыков при выполнении основных движений	Инструктор ФК, Воспитатель
Волевые качества	Смелость, решительность, выдержка, настойчивость, проявляемые в подвижных играх, физических упражнениях	Воспитатель

Своевременная диагностика физической подготовленности позволяет выявить уровень развития движений, физических качеств и соответствие их возрастным нормам.

На основании результатов тестирования изучаются способности моторного развития детей, разрабатываются средства и методы физического воспитания. Это дает возможность установить причины отставания или опережения в усвоении программы.

Тесты на физическую подготовленность дошкольников позволяют определить физические качества (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость); сформированность двигательных умений и навыков (Приложение 1, 2)

**Быстрота** – способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

**Гибкость** – морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок.

**Ловкость** – это способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Ловкость развивается при условии пластичности нервных процессов, способности к ощущению и восприятию собственных движений и окружающей обстановки.

**Сила** – это способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного аппарата.

**Выносливость** – это способность противостоять утомлению и какой-либо деятельности. Она определяется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов.

**Координация** движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образом и своим движением.

Двигательные задания на определение возрастных возможностей детей в выполнении координированных движений должны не зависеть от длины тела ребенка, его весовых показателей и наличия специальных двигательных навыков и не требовать специального обучения.

Результаты педагогического контроля оцениваются количественно и качественно. Критерии зависят от возраста детей и, как правило, подлежат переводу (особенно качественные результаты) в определенную систему баллов.

Схема оценки тестов детей первой младшей и второй младшей группы дошкольного возраста будет выглядеть следующим образом:

**Высокий уровень 3 балла** – все элементы теста выполнены в полном соответствии с моделью.

**Средний уровень 2 балла** – при выполнении теста допущена ошибка, имеются незначительные отклонения от указанной модели.

**Низкий уровень 1 балл** – тест практически не выполнен, ребенок не делает попыток выполнить тест.

В заключение тестирования подсчитывается общая сумма баллов и ставится уровень физической подготовленности ребенка.

Результаты тестирования вносятся в протокол, также вносятся и количественные результаты (Приложение 3).

При определении уровня физической подготовленности ребенка следует ориентироваться на следующие факторы:

- степень овладения ребенком базовыми умениями и навыками в разных играх и упражнениях, элементами техники всех основных видов движений;
- умение активно участвовать во всех видах двигательной деятельности, самостоятельно использовать свой арсенал движений в различных условиях;
- развитие физических качеств и двигательных способностей: силы, ловкости, гибкости, быстроты реакции, выносливости, координационных способностей;
- общая двигательная активность ребенка в течение всего времени пребывания в дошкольном учреждении.

## ТЕСТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3 ГОДА – 4 ГОДА).

### Тест 1. Выносливость.

ЦЕЛЬ: Определить выносливость детей, умение бежать без остановки, частоту координационных способностей.

Дети должны медленно бежать, непрерывно в течение 1,5 мин. Упражнение выполняется вместе с воспитателем, который бежит впереди, задавая посильный для детей темп.

**высокий** -спокойно пробежал в течении 1,5 мин., без остановок

**средний** – пробежал 1 мин, с остановкой

**низкий** - менее 1 мин.

### Тест 2. «Обезьянки».

ЦЕЛЬ: Определить силовые и координационные способности.

Дети лазают вверх-вниз по гимнастической стенке на высоту 2 м.

Дети выполняют упражнение самостоятельно, но с подстраховкой. У основания стенки обязательно должен лежать мат.

**высокий** - лазает на высоту 2м, нет чувства страха

**средний** - лазает на высоту 1м, присутствует чувство страха

**низкий** - не умеет лазать, есть чувство страха

### Тест 3. Бег 10 м.

ЦЕЛЬ: Оценить, скоростные качества ребенка и его реакцию в беге на 10м. с хода.

На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6—7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет – кегля, кубик), чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки.

Ребенок по команде «На старт!» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его, когда ребенок добежит до линии финиша. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин. Фиксируется лучший результат.

**высокий** – 2,9 (м), 3,0 (д)

**средний** - 3,2(м), 3,4(д)

**низкий** - 3,5(м), 3,6(д)

### Тест 4. «Достань игрушку».

ЦЕЛЬ: Оценить гибкость при наклонах туловища вперед из положения стоя.

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку, (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке) и наклоняется вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного

теста можно использовать игровой момент «Достань игрушку».

**высокий** – 1,9см (м), 2,0см (д)

**средний** - 1,7см(м), 1,8 (д)

**низкий** - 1см и меньше.

#### Тест 5. «Подбрось - поймай».

ЦЕЛЬ: Определить ловкость при подбрасывании и ловле мяча.

Ребенок принимает и.п. (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15—20 см как можно большее количество раз.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

**высокий** – поймал 5 – 6 раз

**средний** - поймал 2 – 3 раза

**низкий** - не поймал ни разу

#### Тест 6. «Через ручеек» (прыжки в длину с места)

ЦЕЛЬ: Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

тест можно проводить в физкультурном зале на поролоновом мате, на котором нанесена разметка через каждые 10 см. Тестирование проводят два человека — первый объясняет задание, следит за тем, как ребенок принял и.п. для прыжка, дает команду «Прыжок!»; второй замеряет длину прыжка (с помощью сантиметровой ленты).

Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние (при приземлении нельзя опираться). Измеряется расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» с точностью до 1 см.

Делаются две попытки, засчитывается лучшая из них. Следует давать качественную оценку прыжка по основным элементам движения: и.п., энергичное отталкивание ногами, взмах руками при отталкивании, группировка во время полета, мягкое приземление с перекатом с пятки на всю стопу.

Если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад, то следует засчитывать попытку и фиксировать тот результат, который отмечается в момент постановки ног на опору.

Для повышения активности и интереса детей целесообразно разместить несколько ярких предметов на расстоянии 15—20 см за матом и предложить ребенку допрыгнуть до самого дальнего из них.

**высокий** – 70 см и больше

**средний** – 58 – 69см

**низкий** - 57см и меньше.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВУ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3 ГОДА).

- ✓ Ребенок хорошо бегает.
- ✓ Способен изменить скорость, направление или характер движения, например, перейти от бега к ходьбе по сигналу воспитателя.
- ✓ При ходьбе умеет держаться прямой линии и бросать мяч, не теряя при этом равновесия.
- ✓ Встает из положения лежа, не раскачиваясь; прыгает с места, с нижней ступеньки (40см); чередует ноги, поднимаясь по лестнице.
- ✓ Взбирается и спускается по веревочной лестнице.
- ✓ Без труда катается на велосипеде, поворачивая на ходу.
- ✓ Может одновременно действовать руками и ногами (хлопать в ладоши и притопывать).
- ✓ Неплохо ориентируется в пространстве: проходит в нужную точку в заданном направлении, не сталкиваясь с другими детьми.
- ✓ С закрытыми глазами касается пальцем руки кончика носа.
- ✓ Аккуратно берет кубик средних размеров большим и указательным пальцами.
- ✓ При необходимости способен дотянуться до чего –нибудь, но с трудом удерживает равновесие, особенно если встает на цыпочки.
- ✓ Фиксирует взгляд на движущемся предмете: легче – на перемещающиеся слева направо или справа налево, труднее – на движущемся сверху вниз и снизу вверх.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВУ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3,5 ГОДА).

- ✓ Ребенок бегает, ускоряя и замедляя бег.
- ✓ Может балансировать на одной ноге и ходить на цыпочках.
- ✓ Легко поворачивается боком, чтобы преодолеть узкий проход на пути.
- ✓ Держит равновесие на одной ноге в течение 2 секунд.
- ✓ Делает короткие прыжки на одной ноге.
- ✓ Шагает, ступая с пятки на носок.
- ✓ Легко поднимается с корточек.
- ✓ Достаточно умело ловит брошенный ему мяч, при этом руки держит так, чтобы их видеть, локти разводит в стороны.



- ✓ Переносит вес тела для броска.
- ✓ Может с равным успехом использовать обе руки, но уже намечается предпочтение одной из них.
- ✓ С помощью тренера может выполнять движения, требующие точной координации действий рук, ног, глаз.

#### **ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (4 ГОДА -5 ЛЕТ).**

- ✓ Ребенок легко удерживает равновесие при ходьбе и беге.
- ✓ На бегу достаточно свободно поворачивает за угол, меняет направление или останавливается; может чередовать бег с прыжками.
- ✓ Способен стоять на одной ноге 4 – 8 секунд.
- ✓ Неуклюже подпрыгивает на одной ноге.
- ✓ Чувствует ритм и умеет маршировать по счет или в такт музыке.
- ✓ Поднимается по висячей лестнице (иногда с посторонней помощью).
- ✓ Может перепрыгнуть через препятствие высотой до 35 см.
- ✓ Делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, слегка сгибает колени.
- ✓ Умеет делать кувырок вперед.
- ✓ Может простоять на одной ноге в течение 10 секунд, держа руки на бедрах.
- ✓ Формируется четкое предпочтение правой руки (редко – левой).
- ✓ В этом возрасте ребенок умеет ходить задом наперед, переступая с носка на пятку.
- ✓ Одинаково прыгает на левой и правой ноге.
- ✓ Может прыгать в сторону, делая четверть оборота; пройти «веревочку», занося одну ногу за другую, хотя и не очень ловко

**Протокол обследования двигательных навыков и физических качеств детей дошкольного возраста (3года - 4 года)**

Дата	н.г.	к.г.		Воспитатель																									
		Фамилия, имя ребенка		Гибкость «Достань игрушку» (см)				Бег 10 м (сек)				«Подбрось – поймай» кол. раз				«Через ручеек» (пр. в длину с места)				Выносливость ( сек.)				Лазание				Ур. подгот.	
		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.		
р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р*	б	б	б		
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
<b>Итог</b>		<b>в</b>																											
		<b>с</b>																											
		<b>н</b>																											

высокий уровень развития - 18 –16 б \_\_\_\_\_  
 средний уровень развития - 13 – 15 б \_\_\_\_\_  
 низкий уровень развития - 12 б и меньше \_\_\_\_\_

Условные обозначения:  
 Р. – результат, н.г.– начало года, Б.- балл к.г.– конец года

**Мониторинг  
 физической подготовленности и физических качеств детей дошкольного возраста (4 года -7 лет).**

- методика: Г. Лескова, Н.Ноткина(Ленинградский педагогический институт им.Герцена.)
  - методика: базисная программа развития ребенка – дошкольника «Истоки»
  - Общероссийская система мониторинга физического развития детей. (Утверждено Постановлением Правительства РФ 29.12.2001 г. № 916)
- 3 балла – **высокий уровень навыка**. Правильно выполняются все основные элементы движения;  
2 балла – **средний уровень**, справляется с большинством элементов техники, допуская незначительные ошибки;  
1 балл – **низкий уровень**, при выполнении упражнения допускаются значительные ошибки.

В мониторинг для определения уровня физической подготовленности и физических качеств детей 4-7 лет включены такие двигательные тесты:  
**в группах 4-7 лет:**

- |                                  |                                |
|----------------------------------|--------------------------------|
| - ходьба                         |                                |
| - лазание                        | - метание набивного мяча       |
| - прыжки в длину с места         | - челночный бег                |
| - количество приседаний (30 сек) | - гибкость (и.п.- сед на полу) |
| - бег 10 м                       |                                |

**Показатели ходьбы.**

**средний возраст.**

- Прямое ненапряженное положение туловища и головы.
- Свободное движение руками от плеча.
- Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый.
- Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.

**старший возраст.**

- Хорошая осанка.
- Свободное движение рук от плеча со сгибанием в когтях.
- Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
- Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп.

5. Активное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая)
6. Умение соблюдать различные направления, менять их.

**Показатели лазания по гимнастической стенке** (высота – 3 метра)  
**методика обследования.**

**средний возраст.**

1. Одновременность постановки руки и ноги на рейку.
2. Ритмичность движений.
3. Уверенность, но присутствует страх высоты.
4. не освоен чередующийся шаг.

**старший возраст.**

1. Знает одноименный и разноименный способ.
2. Координация движений соответствует выбранному способу.
3. Ритмичность движений.
4. Умеет перелезть с одного пролета на другой по диагонали.
5. Уверенно поднимается до самого верха.
6. Не пропускает реек, отсутствует страх высоты.

**методические указания:** Проверка движений производится индивидуально. Необходимо расположить маты около снаряда. Начало подъема сопровождается командам: «Приготовиться», «Марш». Дети, спускаясь не должны прыгать, а доходить до последней перекладины, не пропускать

**Показатели бега.**

**бег на скорость (10 метров)**

**методика обследования.**

**средний возраст.**

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки согнуты в локтях 3. выраженный вынос бедра маховой ноги. 4. ритмичный бег.

**старший возраст.**

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед – внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги
4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах.
5. Прямолинейность, ритмичность бега

**Предварительная работа:** до проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, натянутая лента и т.д.) Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей. Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

**Челночный бег (3\*10 м) сек.**

**методика обследования.**

**старший возраст.**

Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте

**Предварительная работа:** до проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; (3\*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и т.д.) Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей. Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат

**прыжки в длину с места (см)**

## методика обследования

### средний возраст.

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад;
2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вперед- вверх.
3. Полет: руки вперед – вверх; туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко, положение рук свободное.

### старший возраст.

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх – вперед); выпрямление ног; резкий мах руками вперед верх.
3. Полет: туловище согнуто, голова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед - в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

### *Бросок набивного мяча (1 кг.) из – за головы, стоя (см.)*

#### методика обследования.

1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки подняты верх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;
2. податься всем туловищем вперед;
3. туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;
4. Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед – вверх и сделать бросок.

### *Гибкость.(из И.П. стоя на гимнастической скамейке)*

#### методика обследования.

1. Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
2. Наклон вперед - вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

### *гибкость.(из и.п.- сед на полу)*

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	>8	1-5	< 2
	Д	>10	3-7	< 0
5	М	>9	2-6	< 1
	Д	>11	4-8	< 1
6	М	>10	3-7	< 1
	Д	>13	5-9	< 2
7	М	>11	4-8	< 2
	Д	>18	9-14	< 1

#### Методика обследования.

На полу проводятся две прямые перпендикулярные пересекающиеся линии .

Ребенок (без обуви) садится на пол. Расстояние между пятками 20-30 см. ступни стоят вертикально, руки вперед , ладонями вниз. Инструктор прижимает колени ребенка к полу, не позволяя сгибать их во время наклона. Выполняется три медленных предварительных наклона, четвертый наклон зачетный, выполняется в течении трех секунд, результат зачитывается по кончикам пальцев рук, он может быть с результатом + или -.

### *Количество приседаний за 30 сек*

#### методика обследования.

По команде «Марш», инструктор включает секундомер, ребенок выполняет приседание, вынося руки вперед, в удобном для него темпе. Инструктор считает количество приседаний за 30 сек. Тест считается правильно выполненным, если ребенок выполняет приседание глубоко и полностью, а при возвращении в и.п. - выпрямляет колени, опускает руки вниз, при этом не выпрыгивает

возраст	пол	Высокий уровень.	Средний уровень.	Низкий уровень.
5	М	16 и больше	13	10 и меньше
	Д	14 и больше	11	10 и меньше
6 - 7	М	24- 30	17-23	15 и меньше
	Д	18-20	14-19	13 и меньше

**Подъем туловища из исходного положения - лежа на спине.**

**Методика обследования.**

Ребенок лежит на спине, на мате, согнув колени, руки за головой. Воспитатель держит стопы ребенка, прижимая их к полу. По команде «Марш!», инструктор включает секундомер, ребенок поднимает туловище, не отрывая стоп от пола, и ложится обратно на спину. Выполняет в удобном для него темпе. Инструктор считает количество подъемов за 30 сек. Тест считается правильно выполненным, если ребенок ложится на спину полностью, а при подъеме локтями касается коленей.

возраст	пол	Высокий уровень.	Средний уровень.	Низкий уровень.
6	М	20-27	15 - 19	14 и меньше
	Д	18-25	12-17	11 и меньше
7	М	22-30	17-21	16 и меньше
	Д	20-27	15-19	14 и меньше

*Приложение 2*

**Индивидуальный маршрут развития ребенка**

Ф. И. ребенка \_\_\_\_\_, группа \_\_\_\_\_

Дата	Тема НОД	Цель	Виды детской деятельности	Содержание работы	Результат	Взаимодействие с родителями (рекомендации)	Подпись воспитателя /подпись родителя

*Приложение 3*

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА \_\_\_\_\_,  
ВОСПИТАНИКА МАДОУ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ДС №60 «ЗОЛУШКА»**

**Общие сведения**

Дата рождения:	Дата поступления в детский сад:
Характер адаптации: (легкая, средняя или тяжелая степень адаптации)	Состав семьи: (полная, неполная, многодетная, наличие братьев и сестер)

**Занятость воспитанника дополнительным образованием**

№ п/п	2года -3 года уч.г. _____	3года -4года уч.г. _____	4года-5лет уч.г. _____	5лет-6лет уч.г. _____	6лет-7лет уч.г. _____
Группа					



Восприятие худ.литературы									
Самообслуживание и труд									
Конструирование									
Изобразительная									
Музыкальная									
Двигательная									
Игровая									

**Социально-нормативные характеристики ребенка (целевые ориентиры)**

2года-3года 20 - 20 уч. год	3года - 4года 20 - 20 уч. год	4года-5лет 20 - 20 уч. год	5лет-6лет 20 - 20 уч. год	6лет-7лет 20 - 20 уч. год
<b>Группа</b>				
Личностные качества	Личностные качества	Личностные качества	Личностные качества	Личностные качества
Общение со сверстниками	Общение со сверстниками	Общение со сверстниками	Общение со сверстниками	Общение со сверстниками
Общение со взрослыми	Общение со взрослыми	Общение со взрослыми	Общение со взрослыми	Общение со взрослыми
Особенности развития, достижения	Особенности развития, достижения	Особенности развития, достижения	Особенности развития, достижения	Особенности развития, достижения

**Проблемы в развитии ребенка (по видам детской деятельности)**

Годы наблюдения	2года-3года 20 - 20 уч.год	3года-4года 20 - 20 уч.год	4года-5лет 20 - 20 уч.год	5лет -6лет 20 - 20 уч.год	6лет-7лет 20 - 20 уч.год
Группа					
Воспитатели					
Инструктор по ФК (с дошк.возраста 3л.)					
Инструктор по ФК (плаванию) (с дошк. возраста 3л.)					
Музыкальный руководитель					
Педагог-психолог (по обращению, при выявлении)					
Учитель-логопед (с дошкольного возраста 4л., по обращению, пр выявлении)					
Учитель-(с дошкольного возраста 4л., по обращению, при выявлении)					

**Рекомендации профильных специалистов по решению проблем:**

Виды деятельности	2года-3года 20 - 20 уч. год	3года-4года 20 - 20 уч. год	4года-5лет 20 - 20 уч. год	5лет-6лет 20 - 20 уч. год	6лет-7лет 20 - 20 уч. год
Группа					
Коммуникативная					
Познавательно-исслед.					

Восприятие худ. литературы					
Самообслуживание и труд					
Конструирование					
Изобразительная					
Музыкальная					
Двигательная					
Игровая					

**Основные направления развития ребенка**

Показатели развития	20 - 20 уч.год		20 - 20 уч.год		20 - 20 уч.год		20 - 20 уч.год		20 - 20 уч.год	
	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения	% освоения
Соци. – Коммуник-ое развитие										
Познавательное развитие										
Речевое развитие										
Художественно – эстетическое развитие										
Физ. развитие										
Общий показатель										
Ознакомление родителей (законных представителей)										

Группа: \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_  
Группа: \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_  
Группа: \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_  
Группа: \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_  
Группа: \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_

Примерный перечень целевых ориентиров		
Личностные качества	Общение со взрослым, со сверстниками	Особенности развития, достижения
активный - пассивный	Безотказный	Стал более общителен со сверстниками. Проявляет любознательность к неизвестному. Эмоционально декламирует знакомые произведения. Любит выполнять трудовые поручения. Самостоятельно создает необычные конструкции, модели. Проявляет музыкальные способности (указать конкретную способность). Сформированы физические и игровые навыки на высоком уровне. Наличие дипломов, грамот.
артистичный	Бесконфликтный – конфликтный	
волевой - безвольный	Благодарный	
беззащитный - агрессивный	Благородный	
бескорыстный - эгоистичный	Вежливый - бестактный	
бесхитростный	Верный	
жизнерадостный	Великодушный	
опрятный - неряшливый	Властный	
правдивый	Внимательный	
рассудительный	Заботливый – бессердечный	
спокойный - неуравновешенный	Дружелюбный – безразличный	
терпеливый	Добрый – злой, жестокий	



уравновешенный	Ласковый – дерзкий, грубый	
Аккуратный - неряшливый	Отзывчивый	
Активный – пассивный		
Беспокойный – равнодушный		
Волевой – безынициативный		
Дисциплинированный		
Исполнительный – безответственный		
Обстоятельный - торопливый		
Целеустремленный – беспечный		
Бережливый		
Смелый – трусливый		
Впечатлительный		
Выдержанный – вспыльчивый		

*Приложение 4*

**План работы с педагогами, родителями детей дошкольного возраста (3Г. -7ЛЕТ)  
из групп общеразвивающей направленности на учебный год**

**4. Работа с воспитателями**

4.1.	Подготовка воспитателей и организация открытых мероприятий по физическому развитию Открытое занятие по типу «круговая тренировка», «полоса препятствий» для воспитателей	ноябрь По графику
4.2.	Консультации, практикумы, мастер-классы: - практическая консультация для воспитателей работающих с детьми 2-4 лет «Особенности организации и проведения ФЗ занятий» - «Методика обучения детей 5—7 лет ходьбе на лыжах» - Представление опыта работы «Кружок, как одно из средств развития спортивной одаренности детей старшего дошкольного возраста»	Сентябрь (2 неделя) Октябрь (4неделя) ноябрь
4.3.	Наставничество, индивидуальные консультации, воспитателей при подготовке консультаций, беседы по запросу	в течение года
4.4	Подготовка и организация недели Здоровья, Зимней Олимпиады, кросс «Золотая осень», «ОФП», «Гонки на лыжах», «Веселые старты» совместно с ДОО №40 «Золотая рыбка»	в течение года

**5. Работа с родителями**

5.1.	Консультации в информационном уголке: - «Физическое развитие детей 3 – 7 лет»; - «Закаливание и его значение в развитии ребенка» (младших, средних групп) - «Мама, папа – поиграйте со мной»; - «Что должен уметь ребенок в 2-4 года»	октябрь ноябрь декабрь сентябрь
5.2.	- Оформление газеты «Физкультура и спорт – нам здоровье дают» - Фотомонтаж «Новости с состязаний»	апрель май
5.3.	День открытых дверей	март
5.4.	- Участие в групповых, общих родительских собраниях младших, средних, старших и подготовительных групп - Заседание по подготовке к городским соревнованиям «Губернаторские состязания» - Круглый стол с родителями воспитанников 3-5лет - Консультация для родителей воспитанников ГКП «Копилка в помощь»	ноябрь ноябрь, март октябрь сентябрь
5.6.	Совместное проведение развлечений к датам и месячникам по Правилам Дорожной Безопасности, Пожарная безопасность, «День здоровья», «23 февраля», Неделя здоровья, малая зимняя Олимпиада в ДОУ	



5																			
6																			
7																			
<b>Игры, упражнения, задания</b>																			
Огуречик, огуречик»,																			
«Через ручеек»																			
«Поймай комара»,																			
«Замри»,																			
«Подбрось-поймай»,																			
«Перепрыгни через кирпичик»																			
«Лови-не урони»																			
«Мой веселый звонкий мяч»																			
«Допрыгай на 1 ноге»																			
«Мяч через сетку»																			
«Догони мяч»																			
«Сбей кеглю»																			
«Кто выше»																			
«Зайцы»																			
«Кто дальше»																			
«Пройди не упади»																			

**Индивидуальный план работы с детьми 5 – 7 лет  
показавшие низкий и средний уровни физической подготовленности(для воспитателей)**

возрастная группа	Фамилия имя ребенка	тестовое задание	ОВД, игры упражнения
Младшая А			
Младшая Б			
Младшая В			
Средняя А			
Средняя Б			
Средняя В			
Старшая А			
Старшая Б			
Старшая В			
Подгот. Г			
Подгот. Д			
Подгот. Е			

**Комплексно-тематическое планирование**  
для группы детей дошкольного возраста (3года - 4 года)

№ рабочей недели	Календарная дата	Название праздника (события)	Развернутое содержание работы	Варианты итоговых мероприятий
1	(1 -я неделя сентября) 01.09- 7.09	<i>Здравствуй, детский сад!</i>	Вызывать у детей радость от возвращения в детский сад. Продолжать знакомство с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка: профессии сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник), предметное окружение, правила поведения в детском саду, взаимоотношения со сверстниками. Продолжать знакомство с окружающей средой группы, помещениями детского сада. Предлагать рассматривать игрушки, называть их форму, цвет, строение. Знакомить детей друг с другом в ходе игр (если дети уже знакомы, следует помочь им вспомнить друг друга). Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми (коллективная художественная работа, песенка о дружбе, совместные игры).	Развлечение для детей, организованное сотрудниками детского сада с участием родителей. Дети в подготовке не участвуют, но принимают активное участие в развлечении (в подвижных играх, викторинах).
2-5	(2-я-5-я недели сентября) 08.09 - 05.10	<i>Осень</i>	Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада), о времени сбора урожая, о некоторых овощах, фруктах, ягодах, грибах. Знакомить с сельскохозяйственными профессиями (тракторист, доярка и др.). Знакомить с правилами безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. На прогулке предлагать детям собирать и рассматривать осеннюю листву. Разучивать стихотворения об осени. Развивать умение замечать красоту осенней природы, вести наблюдения за погодой. Расширять знания о домашних животных и птицах. Знакомить с некоторыми особенностями поведения лесных зверей и птиц осенью. Побуждать рисовать, лепить, выполнять аппликацию на осенние темы.	Праздник «Осень». Выставка детского творчества.
6 - 7	(1 -я-2-я недели октября) 06.10 - 19.10	<i>Я и моя семья</i>	Формировать начальные представления о здоровье и здоровом образе жизни. Формировать образ Я. Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Развивать тендерные представления. Побуждать называть свои имя, фамилию, имена членов семьи, говорить о себе в первом лице. Обогащать представления о своей семье.	Открытый день здоровья. Спортивное развлечение.
8- 11	(3-я неделя октября — 2-я неделя ноября) 20.10 - 17.11	<i>Мой дом, мой город</i>	Знакомить с домом, с предметами домашнего обихода, мебелью, бытовыми приборами. Знакомить с родным городом (поселком), его названием, основными достопримечательностями. Знакомить с видами транспорта, в том числе с городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения, светофором, надземным и подземным переходами (взаимодействие с родителями). Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, продавец, парикмахер, шофер, водитель автобуса).	Сюжетно-ролевая игра по правилам дорожного движения.
12 - 18	(3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря)	<i>Новый год</i> 18.11-31.12	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника как в непосредственно образовательной, так и в самостоятельной деятельности детей.	Новогодний утренник.
18 - 21	(1 -я-4-я недели января) 11.01 - 03.02	<i>Зима</i>	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту зимней природы. Расширять представления о сезонных изменениях в природе (изменения в погоде, растения зимой, поведение зверей и птиц). Формировать первичные представления о местах, где всегда зима. Побуждать детей отражать полученные впечатления в разных непосредственно образовательных и самостоятельных видах деятельности детей в соответствии с их индивидуальными и возрастными особенностями.	Праздник «Зима». Выставка детского творчества.
22 - 24	(1-я - 3 неделя февраля) 04.02 - 26.02	<i>23 февраля</i>	Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями. Воспитывать любовь к Родине. Формировать первичные тендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины).	Праздник, посвященный Дню защитника Отечества.
25	(4 неделя февраля - 1 неделя марта)	<i>8 Марта</i> 29.02-04.03	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям.	Праздник 8 Марта. Выставка детского творчества, развлечения, коллективное творчество, игры детей.
26 - 28	(2-я-4-я недели марта) 09.03 - 29.03	<i>Народная культура и традиции</i>	Расширять представления о народной игрушке (дымковская игрушка, матрешка и др.). Знакомить с народными промыслами. Продолжать знакомить с устным народным творчеством. Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности.	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.
29 - 31	(1-я-3-я недели апреля) 30.03 - 19.04	<i>Весна</i>	Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы. Расширять представления о сезонных изменениях (изменения в погоде, растения весной, поведение зверей и птиц). Расширять представления о простейших связях в природе (потеплело —появилась травка и т. д.). Побуждать детей отражать впечатления о весне в разных видах художественной деятельности .	Праздник «Весна». Выставка детского творчества.
32 - 34	(4.04 - 2 неделя мая) 20.04 - 12.05	<i>День Победы</i>	Дать представление о празднике, посвященном Дню Победы	Выставка военной техники
35 - 36	(3-я-4-я недели мая)	<i>Лето</i>	Расширять представления детей о лете, о сезонных изменениях (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада). Формировать элементарные представления о садовых и огородных растениях. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования	Праздник «Лето».

13.05 - 31.05	с водой и песком. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы.
В летний период детский сад работает в каникулярном режиме (1-я неделя июня —3-я неделя августа).	

**Комплексно-тематическое планирование  
для группы детей дошкольного возраста (4 года - 5 лет)**

№ рабочей недели	Календарная дата	Название праздника (события)	Развернутое содержание работы	Варианты итоговых мероприятий
1	(1-я неделя сентября) 01.09- 7.09	<i>День знаний</i>	Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книге. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: покрашен забор, появились новые столы), расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник, повар и др.).	Праздник «День знаний», организованный сотрудниками детского сада с участием родителей. Дети праздник не готовят, но активно участвуют в конкурсах, викторинах; демонстрируют свои способности.
2-5	(2-я-5-я недели сентября) 08.09 - 05.10	<i>Осень</i>	Расширять представления детей об осени. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы (похолодало — исчезли бабочки, отцвели цветы и т. д.), вести сезонные наблюдения. Расширять представления о сельскохозяйственных профессиях, о профессии лесника. Расширять знания об овощах и фруктах (местных, экзотических). Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления.	Праздник «Осень». Выставка детского творчества.
6-7	(1-я-2-я недели октября) 06.10 - 19.10	<i>Я в мире человек</i>	Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять представления детей о своей семье. Формировать первоначальные представления о родственных отношениях в семье (сын, дочь, мама, папа и т.д.). Закреплять знание детьми своих имени, фамилии и возраста; имен родителей. Знакомить детей с профессиями родителей. Воспитывать уважение к труду близких взрослых. Формировать положительную самооценку, образ Я (помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят). Развивать представления детей о своем внешнем облике. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей, формировать уважительное, заботливое отношение к пожилым родственникам.	Открытый день здоровья.
8- 11	(3-я нед.Октя — 2-я нед.ноября) 20.10 - 17.11	<i>Мой город, моя страна</i>	Знакомить с родным городом (поселком). Формировать начальные представления о родном крае, его истории и культуре. Воспитывать любовь к родному краю. Расширять представления о видах транспорта и его назначении. Расширять представления о правилах поведения в городе, элементарных правилах дорожного движения. Расширять представления о профессиях. Знакомить с некоторыми выдающимися людьми, прославившими Россию.	Спортивный праздник.
12 - 18	(3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря)	<i>Новый год</i> 18.11-31.12	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника.	Праздник «Новый год». Выставка детского творчества.
18 - 21	(1-я-4-я недели января) 11.01 - 03.02	<i>Зима</i>	Расширять представления детей о зиме. Развивать умение устанавливать связи между явлениями живой и неживой природы. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы, отражать ее в рисунках, лепке. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении людей зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Закреплять знания о свойствах снега и льда. Расширять представления о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики.	Праздник «Зима». Выставка детского творчества.
22 - 24	(1-я - 3 неделя февраля) 04.02 - 26.02	<i>23 февраля</i>	Знакомить детей с «военными» профессиями (солдат, танкист, летчик, моряк, пограничник); с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине. Осуществлять тендерное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитание в девочках уважения к мальчикам как будущим защитникам Родины). Приобщать к русской истории через знакомство с былинами о богатырях.	Праздник, посвященный Дню защитника Отечества. Выставка детского творчества.
25	(4 неделя февр. - 1 нед. марта)	<i>8 Марта</i> 29.02-04.03	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям, другим сотрудникам детского сада. Расширять тендерные представления. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям.	Праздник 8 Марта. Выставка детского творчества.
26 - 28	(2-я-4-я недели марта) 09.03 - 29.03	<i>Народная культура и традиции</i>	Расширять представления о народной игрушке (дымковская игрушка, матрешка и др.). Знакомить с народными промыслами. Привлекать детей к созданию узоров дымковской и филимоновской росписи. Продолжать знакомить с устным народным творчеством. Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности.	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.
29 - 31	(1-я-3-я недели апреля)	<i>Весна</i> 30.03-19.04	Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых весной в саду и огороде. Привлекать детей к посильному труду на участке детского сада, в цветнике.	Праздник «Весна». Выставка детского творчества.
32 - 34	(4 нед.04. - 2 нед.мая) 20.04 - 12.05	<i>День Победы</i>	Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать уважение к ветеранам войны.	Праздник День Победы. Выставка детского творчества.
35 - 36	(3-я-4-я недели мая)	<i>Лето</i> 13.05-31.05	Расширять представления детей о лете. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Знакомить с летними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении в лесу.	Праздник «Лето». Спорт. праздник. Выставка детского творчества.

В летний период детский сад работает в каникулярном режиме (1-я неделя июня —3-я неделя августа).

**Комплексно-тематическое планирование**  
для группы детей дошкольного возраста (5лет - 6 лет)

№ рабочей недели	Календарная дата	Название праздника (события)	Развернутое содержание работы	Варианты итоговых мероприятий
1	(1-я неделя сентября) 01.09- 7.09	<i>День знаний</i>	Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книгам. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: покрашен забор, появились новые столы), расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник).	Праздник «День знаний».
2- 5	(2-я-5-я недели сентября) 08.09 - 05.10	<i>Осень</i>	Расширять знания детей об осени. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе. Формировать обобщенные представления об осени как времени года, приспособленности растений и животных к изменениям в природе, явлениях природы. Формировать первичные представления об экосистемах, природных зонах. Расширять представления о неживой природе.	Праздник «Осень». Выставка детского творчества.
6 - 7	(1-я-2-я недели октября) 06.10 - 19.10	<i>Я вырасту здоровым</i>	Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Формировать положительную самооценку. Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчество родителей, их профессий. Расширять знания детей о самих себе, о своей семье, о том, где работают родители, как важен для общества их труд.	Открытый день здоровья.
8 - 11	(3-я нед. октября — 2-я нед. ноября) 20.10 - 17.11	<i>День народного единства</i>	Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках; развивать интерес к истории своей страны; воспитывать гордость за свою страну, любовь к ней. Знакомить с историей России, гербом и флагом, мелодией гимна. Рассказывать о людях, прославивших Россию; о том, что Российская Федерация (Россия) — огромная многонациональная страна; Москва — главный город, столица нашей Родины.	Праздник День народного единства. Выставка детского творчества.
12 - 18	(3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря) 18.11 - 31.12	<i>Новый год</i>	Привлекать детей к активному разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведению. Содействовать возникновению чувства удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности. Закладывать основы праздничной культуры. Развивать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Поощрять стремление поздравить близких с праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками. Знакомить с традициями празднования Нового года в различных странах.	Праздник Новый год. Выставка детского творчества.
18 - 21	(1 -я-4-я недели января) 11.01 - 03.02	<i>Зима</i>	Продолжать знакомить детей с зимой как временем года, с зимними видами спорта. Формировать первичный исследовательский и познавательный интерес через экспериментирование с водой и льдом. Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы (холода, заморозки, снегопады, сильные ветры), особенностях деятельности людей в городе, на селе; о безопасном поведении зимой.	Праздник «Зима». Зимняя олимпиада. Выставка детского творчества.
22 - 24	(1-я - 3 неделя февраля) 04.02 - 26.02	<i>День Защитника Отечества</i>	Расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прародины, деды, отцы. Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой. Расширять tendерные представления, формировать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать в девочках уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины.	Праздник 23 февраля — День защитника Отечества. Выставка детского творчества.
25	(4 неделя февраля - 1 неделя марта) 29.02 - 04.03	<i>8 Марта</i>	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять tendерные представления, формировать у мальчиков представления о том, что мужчины должны внимательно и уважительно относиться к женщинам. Привлекать детей к изготовлению подарков мамам, бабушкам, воспитателям. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать близких добрыми делами.	Праздник 8 Марта. Выставка детского творчества.
26 - 28	(2-я-4-я недели марта) 09.03 - 29.03	<i>Народная культура и традиции</i>	Продолжать знакомить детей с народными традициями и обычаями, с народным декоративно-прикладным искусством (Городец, Полхов-Майдан, Гжель). Расширять представления о народных игрушках (матрешки — Городецкая, богородская; бирюльки). Знакомить с национальным декоративно-прикладным искусством. Рассказывать детям о русской избе и других строениях, их внутреннем убранстве, предметах быта, одежды.	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.
29 - 31	(1-я-3-я недели апреля) 30.03 - 19.04	<i>Весна</i>	Формировать обобщенные представления о весне как времени года, о приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны; о прилете птиц; о связи между явлениями живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в природе (тает снег, разливаются реки, прилетают птицы, травка и цветы быстрее появляются на солнечной стороне, чем в тени).	Праздник «Весна- красна» . День Земли — 22 апреля. Выставка детского творчества.
32 - 34	(4 нед.04. - 2 нед. мая) 20.04 - 12.05	<i>День Победы</i>	Воспитывать дошкольников в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Знакомить с памятниками героям Великой Отечественной войны.	ДеньПобеды. Выставкадетского творчества.
35 - 36	(3-я-4-я недели мая) 13.05 - 31.05	<i>Лето</i>	Формировать у детей обобщенные представления о лете как времени года; признаках лета. Расширять и обогащать представления о влиянии тепла, солнечного света на жизнь людей, животных и растений (природа «расцветает», созревает много ягод, фруктов, овощей; много корма для зверей, птиц и их детенышей); представления о съедобных и несъедобных грибах.	Праздник «Лето». День защиты окружающей среды —5 июня. Выставка детского творчества.

В летний период детский сад работает в каникулярном режиме (1-я неделя июня —3-я неделя августа).

**Комплексно-тематическое планирование**  
для группы детей дошкольного возраста (6 лет - 7 лет)

№ рабочей недели	Календарная дата	Название праздника (события)	Развернутое содержание работы	Варианты итоговых мероприятий
------------------	------------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

1	(1 -я неделя сентября) 01.09 - 7.09	<i>День знаний</i>	Развивать познавательный интерес, интерес к школе, к книгам. Закреплять знания о школе, о том, зачем нужно учиться, кто и чему учит в школе, о школьных принадлежностях и т. д. Формировать представления о профессии учителя и «профессии» ученика, положительное отношение к этим видам деятельности.	Праздник «День знаний».
2 - 5	(2-я-5-я недели сентября) 08.09 - 05.10	<i>Осень</i>	Расширять знания детей об осени. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе; о временах года, последовательности месяцев в году. Воспитывать бережное отношение к природе. Расширять представления детей об особенностях отображения осени в произведениях искусства. Развивать интерес к изображению осенних явлений в рисунках, аппликации. Расширять знания о творческих профессиях.	Праздник «Осень». Выставка детского творчества.
6 - 7	(1-я-2-я недели октября) 06.10 - 19.10	<i>Мой город, моя страна, моя планета</i>	Расширять представления детей о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. Воспитывать любовь к «малой Родине», гордость за достижения своей страны. Рассказывать детям о том, что Земля — наш общий дом, на Земле много разных стран, важно жить в мире со всеми народами, знать и уважать их культуру, обычаи и традиции.	Выставка детского творчества.
8-11	(3-я неделя октября — 2-я неделя ноября) 20.10 - 17.11	<i>День народного единства</i>	Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках. Сообщать детям элементарные сведения об истории России. Углублять и уточнять представления о Родине — России. Поощрять интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. Закреплять знания о флаге, гербе и гимне России. Расширять представления о Москве — главном городе, столице России. Рассказывать детям о Ю. А. Гагарине и других героях космоса. Воспитывать уважение к людям разных национальностей и их обычаям.	Праздник День народного единства. Выставка детского творчества.
12 - 18	(3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря) 18.11 - 31.12	<i>Новый год</i>	Привлекать детей к активному и разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведению. Поддерживать чувство удовлетворения, возникающее при участии в коллективной предпраздничной деятельности. Знакомить с основами праздничной культуры. Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Поощрять стремление поздравить близких с праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками. Продолжать знакомить с традициями празднования Нового года в различных странах.	Праздник Новый год. Выставка детского творчества.
18 - 21	(1-я-4-я недели января) 11.01 - 03.02	<i>Зима</i>	Продолжать знакомить с зимой, с зимними видами спорта. Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы (холода, заморозки, снегопады, сильные ветры), деятельности людей в городе, на селе; о безопасном поведении зимой. Формировать первичный исследовательский и познавательный интерес через экспериментирование с водой и льдом. Продолжать знакомить с природой Арктики и Антарктики. Формировать представления об особенностях зимы в разных широтах и в разных полушариях Земли.	Праздник «Зима». Зимняя олимпиада. Выставка детского творчества.
22 - 24	(1-я - 3 недели февраля) 04.02 - 26.02	<i>День Защитника Отечества</i>	Расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы. Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой. Расширять тендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины.	Праздник 23 февраля — День защитника Отечества. Выставка детского творчества.
25	(4 неделя февраля - 1 неделя марта) 29.02 - 04.03	<i>8 Марта</i>	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять тендерные представления, воспитывать у мальчиков представления о том, что мужчины должны внимательно и уважительно относиться к женщинам. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, формировать потребность радовать близких добрыми делами.	Праздник 8 Марта. Выставка детского творчества.
26 - 28	(2-я-4-я недели марта) 09.03 - 29.03	<i>Народная культура и традиции</i>	Знакомить с народными традициями и обычаями. Расширять представления об искусстве, традициях и обычаях народов России. Продолжать знакомить детей с народными песнями, плясками. Расширять представления о разнообразии народного искусства, художественных промыслов (различные виды материалов, разные регионы нашей страны и мира). Воспитывать интерес к искусству родного края; любовь и бережное отношение к произведениям искусства.	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.
29 - 31	(1-я-3-я недели апреля) 30.03 - 19.04	<i>Весна</i>	Формировать у детей обобщенные представления о весне, приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны; о прилете птиц; о связи между явлениями живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в природе.	Праздник «Весна-красна». День Земли — 22 апреля. Выставка детского творчества.
32 - 34	(4 неделя апреля - 2 неделя мая) 20.04 - 12.05	<i>День Победы</i>	Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Знакомить с памятниками героям Великой Отечественной войны. Рассказывать детям о воинских наградах дедушек, бабушек, родителей. Рассказывать о преемственности поколений защитников Родины: от былинных богатырей до героев Великой Отечественной войны.	Праздник День Победы. Выставка детского творчества.
35 - 36	(3-я-4-я недели мая) 13.05 - 31.05	<i>До свидания, детский сад! Здравствуй, школа</i>	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы прощания с детским садом и поступления в школу. Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему поступлению в 1-й класс.	Праздник «До свидания, детский сад!».

В летний период детский сад работает в каникулярном режиме (1-я неделя июня — 3-я неделя августа).

*План взаимосвязи педагогических работников по работе с детьми коррекционной направленности*

*Приложение 8*

*Индивидуальный план работы с детьми (ОВЗ) при наличии.*

*Приложение 9*