



Автономная некоммерческая организация дошкольного образования

«Планета детства «Лада»

(АНО ДО «Планета детства «Лада»)

Детский сад № 137 «Чижик»

ПРИНЯТА:

на Педагогическом совете д/с

протокол № 1

от « 22 » августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий д/с № 137

Колбанова О.В.
Заведующий
д/с № 137
Колбанова О.В.

Распоряжение № 77

от «14 » августа 2023 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

На 2023-2024 уч.год

Разработана на основе ООП детского сада № 137 «Чижик»

Составитель программы:

Инструктор по физической культуре: Хуснуллова Р.А.

СОДЕРЖАНИЕ

I.Целевой раздел

1.1. задачи реализации и планируемые результаты освоения Программы

1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

* Возрастные особенности детей дошкольного возраста

II.Содержательный раздел

2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям

2.2.Описание образовательной деятельности по физическому развитию:

описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик;

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы;

2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

2.6. Взаимодействие с педагогическим коллективом.

III.Организационный раздел

3.1. Режим дня. Закаливание. Циклограмма деятельности специалиста.

3.2. Результаты наблюдений за детьми (педагогическая диагностика)

3.3. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий по месяцам

3.5.Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды.

3.6. Используемые Программы, методическая литература

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» разработана на основе основной общеобразовательная программа дошкольного образования детского сада № 137 «Чижик» «Планета детства «Лада» (ООП) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г.

№ 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО)

Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии с ФГОС ДО, является программным документом, подготовленным с учетом достижений науки и практики отечественного дошкольного образования.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Обязательная часть Программы соответствует ФОП ДО и обеспечивает:

- воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;
- создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены программы, направленные на развитие детей в образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках (парциальные образовательные программы), с учетом приоритетных направлений, климатических и национальных особенностей, а также для обеспечения коррекции нарушений развития и ориентированные на потребность детей и их родителей: «Вдохновение» / под ред. В. К. Загвоздкина, И. Е. Федосовой, в частности, УМК «Мате: плюс» по математическому развитию и «Я – гражданин Самарской Земли»/авторы-составители: О.В. Алекинова, М.Н. Диринова, О.В. Каспарова, М.В. Ромахова.

Целевой раздел

1.1. Задачи реализации и планируемые результаты освоения Программы в соответствии с ФГОС ДО (обязательная и вариативная части).

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни

Планируемые результаты освоения Программы - пятый год жизни (средняя группа).

<p>От 4 лет до 5 лет</p> <p>Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:</p> <p>обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений,</p>	<p>Содержание образовательной деятельности.</p> <p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр.</p> <p>Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p>
---	--

<p>подвижных игр;</p> <p>формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;</p> <p>воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх,</p> <p>проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p><u>Основные движения:</u></p> <p>бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагога, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками;</p>
--	--

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

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1- 1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

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

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

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

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

гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;
упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;
упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

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

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, поросту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и

без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звеня на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

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

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

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

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

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

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

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

для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

Активный отдых.

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

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

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

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

<p>От 5 лет до 6 лет.</p> <p>Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:</p> <p>обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические чувства и</p>	<p>Содержание образовательной деятельности.</p> <p>Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p><u>Основные движения:</u></p> <p>бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину; ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени,</p>
---	--

<p>нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p>укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p>ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой; прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега; прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку; упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя</p>
--	--

пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка». Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

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

Ритмическая гимнастика:

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

на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

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

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

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми;

воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур. Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

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

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

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

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

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

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

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

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

Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

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

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

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

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

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

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

б) Активный отдых.

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

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

	<p>музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия туристские прогулки.</p> <p>Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>
--	---

<p>От 6 лет до 7 лет</p> <p>Основные задачи</p> <p>образовательной деятельности в области физического развития: обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о</p>	<p>Содержание образовательной деятельности</p> <p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр- эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>.В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p><u>Основные движения:</u></p> <p>бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому). ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь</p>
---	--

<p>разных видах спорта; сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок из экскурсий; воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощи поддержку другим людям.</p>	<p>руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередуясь шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту; ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;</p> <p>прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катая перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки</p>
---	--

прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

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

Общеразвивающие упражнения:

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

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

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

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

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

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

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

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

региональных и климатических особенностей.

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

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

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

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

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

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола. Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

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

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

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

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

препятствие, наскорошь.

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

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

Активный отдых.

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

Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

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

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

	<p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.</p>
--	--

1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста:

[Характеристики особенностей развития детей раннего возраста](#)
[Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста](#)

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям:

Цель, задачи и конкретное содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» определяются целями и задачами Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и реализуются:

- в процессе организованной образовательной деятельности с детьми (НОД);
- в ходе режимных моментов;
- в процессе самостоятельной деятельности детей в различных видах детской деятельности и во взаимодействии со взрослыми и сверстниками;
- в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации Программы.

Направленность содержания образовательных областей на развитие приоритетных в данной области видов детской деятельности

Образовательная область	Приоритетные виды детской деятельности
	Дети дошкольного возраста (с 3 до 8 лет)
Физическое развитие	Двигательная Игровая Познавательно-исследовательская

Характеристика видов детской деятельности

Двигательная деятельность

Специфические задачи	<ul style="list-style-type: none"> - накопление и обогащение двигательного опыта детей; - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - развитие физических качеств.
----------------------	--

Виды образовательной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> - НОД ОО «Физическое развитие» (формы организации: игровые, сюжетные, тематические, комплексные, учебно-тренирующего характера). - Физкультурные минутки и динамические паузы. - Гимнастика. - Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования. - Игры-имитации, хороводные игры. - Народные подвижные игры. - Пальчиковые игры. - Спортивные упражнения. - Разнообразная двигательная деятельность в центре двигательной активности.- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек.
--	---

Интеграция образовательных областей

Реализации принципа интеграции формирования Программы и ее комплексный подход позволяют осуществлять решение воспитательно-образовательных задач одной области в процессе освоения всех областей Программы. Реализация комплексно-тематического принципа построения образовательного процесса осуществляется в тесной взаимосвязи с принципом интеграции. Полноценная реализация темы возможна при интеграции не только содержания дошкольного образования, но и ее организационных форм, в которых в той или иной степени будут интегрироваться и различные виды детской деятельности.

При планировании образовательной деятельности с детьми в детском саду предусматриваются следующие варианты интеграции:

1. Интеграция содержания и задач образовательной деятельности (содержание образовательной области «Физическое развитие» интегрируется с содержанием таких образовательных областей, как «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие» и т.д.).
2. Интеграция детских деятельностей (утренняя гимнастика под музыку (интеграция музыкальной и двигательной деятельностей)).
3. Использование средств одной образовательной области для организации и оптимизации образовательного процесса в ходе реализации другой образовательной области или основной образовательной программы в целом.

Таблица
Примерные виды интеграции
образовательных областей

По задачам и содержанию	По средствам (формам) организации и оптимизации образовательного процесса
--------------------------------	--

виды интеграции области «Физическое развитие»

<p>«Познавательное развитие» (формирование познавательной мотивации, становление сознания; формирование первичных представлений о себе, других людях)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (формирование основ безопасного поведения, усвоение норм и ценностей, связанных со здоровьем, развитие у детей саморегуляции собственных действий, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере)</p> <p>«Художественно - эстетическое развитие»(развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей)</p>	<p>«Художественно – эстетическое развитие» (использование изобразительных и музыкальных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания области; развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанной области)</p> <p>«Речевое развитие» (использование произведений художественной литературы для обогащения и закрепления содержания области)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (накопление опыта здоровьесберегающего поведения, освоение культуры здорового труда)</p>
---	--

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и реализуется в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка):

- для детей дошкольного возраста (с 3 до 8 лет) - ряд видов деятельности, таких как игровая, включая игру с правилами, подвижные (по степени подвижности: малой, средней и большой подвижности; по преобладающим движениям: игры с прыжками, с бегом, лазаньем и т.п.; по предметам: игры с мячом, с обручем, скакалкой и т.д.);
- развивающие;
- музыкальные;
- двигательные (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Содержание образовательной деятельности «Физическое развитие»

Дошкольный возраст (с 3 до 8 лет)

Цель образовательной деятельности: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие; охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

Задачи:

- развивать физические качества (скорость, силу, гибкость, выносливость и координацию);
- обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- воспитывать культурно-гигиенические навыки;

– формировать начальные представления о здоровом образе жизни.

Задачи ФОП (ДО)	Содержание образовательной деятельности			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
<p>• Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),</p> <p>• формирование</p>	<p>Двигательная деятельность. Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, враспынную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу;</p>	<p>Двигательная деятельность. Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными</p>	<p>Двигательная деятельность. Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и</p>	<p>Двигательная деятельность. Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в</p>

<p>начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.). 	<p>Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг</p>	<p>предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.</p> <p>Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).</p>	<p>разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами.</p> <p>Подводящие и подготовительные упражнения.</p> <p>Основные движения: Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега - отталкивания, группировки и приземления, в метании - замаха и броска. Ходьба.</p> <p>Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади</p>	<p>соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.</p> <p>Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии.</p>
--	---	---	--	--

	<p>предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными</p>	<p>Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5x3=15), ведение колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.</p>	<p>опоры. Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега</p>	<p>Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками</p>
--	---	--	---	--

	<p>нормами и правилами Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.</p>	<p>Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.</p> <p>Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту</p>	<p>8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.</p> <p>Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м).</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).</p> <p>Метание вдаль (5-9 м) и</p>	<p>вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.</p> <p>Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности</p>
--	---	---	---	--

		<p>15—20 см.).</p> <p>Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.</p> <p>Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.</p> <p>Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полувелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой.</p> <p>Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске;</p>	<p>вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.</p> <p>Ползание и лазание.</p> <p>Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см).</p> <p>Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием,</p>	<p>до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки.</p> <p>Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40</p>
--	--	--	---	--

		<p>катание на санках друг друга).</p> <p>Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.</p> <p>Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p> <p>Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных</p>	<p>метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков.</p> <p>Игры-эстафеты.</p> <p>Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих.</p> <p>Самостоятельное проведение подвижных игр.</p> <p>Спортивные игры.</p> <p>Городки. Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам.</p> <p>Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем.</p> <p>Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногой в</p>	<p>см, прыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера, разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели. Лазанье.</p>
--	--	---	---	--

		<p>ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.</p>	<p>заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.</p> <p>Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Знает признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека.</p>	<p>Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема».</p> <p>Подвижные игры. Организовать знакомые игры игру с подгруппой сверстников.</p> <p>Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. Городки. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами.</p>
--	--	---	--	---

			<p>Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки.</p> <p>Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома.</p> <p>Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.</p>	<p>Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы.</p> <p><i>Футбол.</i> Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола.</p> <p><i>Хоккей.</i> Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения.</p> <p><i>Спортивные упражнения.</i></p> <p><i>Ходьба на лыжах.</i></p>
--	--	--	--	---

				<p>Скользкий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. <i>Катание на коньках.</i> Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты.</p> <p><i>Катание на самокате.</i> Отталкивание одной ногой.</p> <p><i>Плавание.</i> Скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду.</p> <p><i>Катание на велосипеде.</i> Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить.</p> <p><i>Катание на санках.</i> Скольжение по ледяным дорожкам. После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни Здоровье как</p>
--	--	--	--	---

				<p>жизненная ценность. Правила здорового образа жизни.</p> <p>Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья.</p> <p>Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности.</p> <p>Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду.</p> <p>Гигиенические основы организации деятельности.</p>
--	--	--	--	---

2.2. Описание образовательной деятельности, вариативных форм и способов реализации программы.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

При реализации образовательной Программы педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

Двигательная деятельность (овладение основными движениями) формы активности ребенка.			
Возраст	Формы организации	Способы, методы	Средства
3-4 года	Утренняя гимнастика Физкультурные занятия Гимнастика пробуждения Закаливающие процедуры Подвижные игры и упражнения Физкультминутки Развлечения, праздники и досуги Чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с	<u>Наглядные:</u> Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) Тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) <u>Словесные:</u> объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные)	- Двигательная активность, занятия физической культурой (удовлетворение потребности ребенка в движении и одновременно развивают его) - Эколого - природные факторы: солнце, воздух, вода (повышают функциональные возможности и работоспособность организма. Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции).

	формированием элемента ЗОЖ)	<p>вопросы к детям образный сюжетный рассказ, беседа словесная инструкция <u>Практические:</u> повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме.</p>	- Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиена одежды, обуви, уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)
4-5 лет		<p><u>Наглядные</u> Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д.), имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) <u>Словесные:</u> объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) вопросы к детям образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция <u>Практические:</u> повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме</p>	
5-6 лет	Утренняя гимнастика Физкультурные занятия Гимнастика пробуждения Закаливающие процедуры	<p><u>Наглядные:</u> Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, иллюстрации, алгоритмы,</p>	

	<p>Подвижные игры и упражнения Физкультминутки НОД Совместная деятельность воспитателя с детьми Самостоятельная деятельность Гимнастика Физкультурные упражнения на прогулке Спортивные упражнения Подвижные игры и упражнения Развлечения, праздники, соревнования и досуги</p>	<p>опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д., имитация, зрительные ориентиры). Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) <u>Словесные:</u> объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) подача команд, распоряжений, сигналов вопросы к детям образный сюжетный рассказ, беседа словесная инструкция <u>Практические:</u> повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме.</p>	
<p>6-8 лет</p>		<p><u>Наглядные:</u> Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д.), имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) <u>Словесные:</u> объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) подача команд, распоряжений, сигналов вопросы к детям</p>	

		образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция <i>Практические:</i> повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме.
--	--	--

Планирование деятельности по ОО «Физическое развитие»

Перспективный план ОД по ОО «Физическое развитие» I квартал с детьми 3-4 года

Задачи:

1. Развивать умение соблюдать правила безопасного поведения при выполнении упражнений.
2. Формировать интерес к изучению себя, своих физических возможностей (осанка, рост, движение, картина здоровья).
3. Сформировать соответствующую возрасту координацию движений.
4. Определить уровень развития основных видов движений и двигательных качеств.
4. Развивать положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям.
5. Формировать стремление к самостоятельности в двигательной деятельности, избирательности по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

Содержание	Сентябрь								Октябрь								Ноябрь							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер ОД																								
Тема недели	До свидания лето, здравствуй,		Моя семья		Волшебница осень		Профессии и в детском саду		Мир одежды и обуви		Моя улица, мой город		Опасное и безопасное вокруг нас (мир		Праздник урожая		Моя страна - моя Родина		Птицы нашей области		Скоро зима		День матери	

	детский сад!												техники											
Построения																								
друг за другом и воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
в круг	*	*	*	*																				
в пары	*	*	*	*									*	*				*	*		*	*		
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*						
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*							*	*					*	*	*	*			*	*
с погремушками					*	*																		
листочками							*	*	*	*														
с двумя шишками													*	*										
с большим мячом															*	*					*	*		
Ходьба																								
обычная по краям зала за воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
в прямом направлении за воспитателем		*	*	*					*	*	*	*				*		*						
друг за другом в разном темпе			*	*					*	*														
на носках					*	*					*	*												
на пятках											*	*												
в разных направлениях															*	*								
в рассыпную																	*	*			*	*	*	*
Бег																								
обычный в прямом направлении	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
в рассыпную	*	*	*	*	*						*	*										*	*	
в колонне					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
в разных направлениях															*	*								
Прыжки																								

Тема недели	Народные промыслы		Девочки и мальчики		Мастерская деда Мороза		Новогодние чудеса				Зимние развлечения		Неделя вежливых слов		В мире книжной графики		Животный мир зимой		Растения вокруг нас		Хочу все знать!		День защитника Отечества	
Построения																								
друг за другом и воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну друг за другом	*	*	*	*							*	*												
перестроение из шеренги в круг		*	*	*	*	*	*	*					*	*				*	*		*	*		
построение в пары на месте															*	*								
построение в пары от обозначенного места																	*	*						
построение из колонны в пары от обозначенного места																		*	*					
построение из колонны в пары по ходу																							*	*
ОРУ																								
с двумя платочками	*	*																						
без предметов			*	*									*	*			*	*						
с мешочками					*	*									*	*			*	*				
с флажками								*	*											*	*			
с большим мячом																							*	*
с мишурой						*	*				*	*												
Ходьба																								
обычная по краям зала за воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ходьба с высоким подниманием ног	*	*									*	*							*	*				
ходьба через			*	*																				

1. Продолжать повышать приспособляемость и работоспособность органов и систем растущего организма.
2. Содействовать закаливанию организма, профилактике простудных заболеваний.
3. Продолжать и обеспечивать пропорциональное развитие всех мышечных групп.
4. Продолжать формировать здоровьесберегающее и здоровьеукрепляющее двигательное поведение, предупреждающее возникновение плоскостопия и искривления осанки.
5. Продолжать формировать двигательные умения и навыки для выполнения двигательных действий.
6. Закреплять умение ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении, действовать сообща.
7. Продолжать развивать функцию равновесия. Упражнять в передвижении по уменьшенной площади опоры, в сохранении равновесия после выполнения прыжков, в беге по естественным грунтам; содействовать развитию перекрестной координации движений рук и ног при выполнении ходьбы, бега.
8. Продолжать развивать у детей гибкость, ловкость, быстроту, выносливость, силу, а также равновесие и координацию движений.
9. Продолжать расширять у детей способности к пониманию словесной инструкции при выполнении знакомых физических упражнений и восприятию незначительных изменений.
10. Приучать детей к действию по плану, представленному двумя пунктами: приготовится – выполнить.
11. Вызывать и поддерживать интерес к занятиям физической культурой.
12. Развивать нравственные, эстетические и духовные качества личности.
13. Продолжать учить подчинять поведение в подвижных играх правилам.

Содержание	Июнь								Июль								Август							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер ОД	1		2		3		4		1		2		3		4		1		2		3		4	
Тема недели	«Мы живем в Тольятти»		«Здравствуй, лето!»		«Почемучки и любознательности»		«Город мастеров»		«В гостях у книги»		«Спорт и здоровье»		«Юные исследователи»		«Смешные человечки»		«Я, ты, он, она – вместе дружная семья»		«Азбука безопасности»		«Песочные фантазии»		«До свидания, лето»	
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в рассыпную	*	*																						
в пары	*	*	*	*									*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*						

Метание, бросание, ловля																						
бросок мяч вдаль двумя руками			*	*	*	*																
Бросок мяч вдаль двумя руками из- за головы										*	*											
бросание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой					*	*						*	*									
метание вертикальную цель от груди 2-мя руками							*	*														
метание мешочка вдаль правой и левой рукой																	*	*				
Ползание, лазание																						
подлезание под шнур					*	*	*	*														
ползание между кеглями на ладонях и коленях												*	*									
ползание по гимнас. скамейке на ладонях и коленях														*	*				*	*		
подлезание под дуги																	*	*				
влезание на																					*	*

П/и «У медведя во бору»																					*	*
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето!»								«День Нептуна»								««Цветик-семицветик»»»					

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
с детьми 4-5 лет
на I квартал**

Задачи:

1. Содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.
2. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
3. В прыжках с продвижением вперед формировать умение энергично, отталкиваться одновременно 2-мя ногами. Следить за правильным приземлением.
4. Закреплять умение детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.
5. Закреплять умение принимать правильное и.п. в беге на короткую дистанцию, выполнять ускорение.
6. Упражнять в выполнении бега из и.п. стоя спиной к направлению движения.
7. Закреплять умение принимать правильное и.п., а также мягко приземляться в прыжках в длину и высоту с места.
8. Упражнять детей в умение подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая его с боков. Обратить внимание на согласованные движения рук и ног.
9. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе и беге по узкой дорожке.
10. Упражнять в умении перелезть через бревно, используя запрыгивание с упором руками.
11. Развивать быстроту, ловкость в подвижных играх.
12. Способствовать развитию эмоциональной сферы каждого ребенка, развивать чувство ритма, формировать выразительность движений.

Содержание	Сентябрь								Октябрь								Ноябрь							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Тема недели	До свидания лето, здравствуй		Моя семья		Волшебница осень		Профессии в детском саду		Мир одежды и обуви		Моя улица, мой город		Опасное и безопасно вокруг нас (мир)		Праздник урожая		Моя страна - моя Родина		Птицы нашей области		Скоро зима		День матери	

	, детский сад!													техники											
Построения																									
в колонну по одному	*	*	*	*																					
в шеренгу					*	*	*	*																	
врасыпную																									
в пары			*	*										*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту																*	*	*	*						
в колонну парами																			*	*	*	*	*	*	
перестроение в три колонны									*	*	*	*					*	*			*	*			
повороты на месте									*	*				*	*				*	*			*	*	
ОРУ																									
без предметов	*	*	*	*																					
с большим мячом							*	*	*	*															
с малым мячом																			*	*					
с осенними листочками					*	*								*	*	*	*								
с флажками																		*	*						
с султанчиками									*	*												*	*	*	*
Ходьба																									
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
за первым, за последним	*	*																							
на носках		*	*	*					*	*	*	*	*			*		*							
на пятках					*	*			*							*		*							
парами													*	*											
в колонне	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
с высоким подниманием колен			*													*	*	*							
в колонне с поворотом																	*	*	*	*	*	*	*	*	
в полуприседе																									
Бег																							*		

обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
враспынную с остановкой на сигнал	*	*	*	*					*	*		*	*	*									*	*
парами			*	*																				
бег с высоким подниманием колен							*	*			*				*		*	*					*	*
в колонне					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
челночный бег																								
из и.п. спиной к направлению движения																								*
Прыжки																								
в длину с места	*													*	*									
на 2 ногах стоя на месте	*	*	*	*	*	*				*			*											
с большим мячом, зажатым между ног – 5м.						*																		
по дорожкам продвижение вперед бшт по 25см.											*													
Через 6 линий, рас.50см														*	*									
через 8 линий шир.20см, рас.30см																*								
спрыгивание со скамейки высотой 30см.																		*						*
спрыгивание с куба в обруч																			*					
спрыгивание с куба высотой 40см с поворотом на 90гр.																				*		*		*
Метание, бросание, ловля																								
вдаль		*																						
в цель			*																					
подбрасывание и ловля мяча					*	*									*									
прокатывание большого мяча в ворота шир.50см, 40см,							*	*												*				

раст.1.5м																						
прокатывание большого мяча с 1.5-2м.								*	*						*							
прокатывание малого мяча правой и левой рукой снизу по дорожке																*	*					
метание мешочка правой и левой рукой 4м.															*	*						
отбивание и ловля мяча																		*	*	*	*	
подбрасывание и ловля мяча																			*	*	*	*
Ползание,лазание																						
подъем по наклонной доске на ладонях и коленях					*	*																
лазание по наклонной лесенке							*	*	*													
подтягивание на руках, лежа на гимнастической скамейке										*	*				*							
подлезание под дугу																						
подлезание под шнуры															*							
пролезание в обруч боком																						
ползание на ступнях и ладонях																		*	*	*		
Равновесие																						
ходьба по бревну					*					*	*											
ходьба приставными шагами по																						
ходьба по гимнастической скамейке.						*														*		
ходьба с мешочком на голове				*			*	*		*												
ходьба по канату	*	*				*						*			*							
ходьба по ребристой доске													*	*				*				
Подвижные игры																						
П/и «Самолеты»	*																					
П/и «Автомобили»		*																				

П/и «Зайцы и волк»			*	*					*			*	*											
П/и «Цветные автомобили»					*	*																		
П/и «Воробьишки и кот»							*	*														*		
П/и «Кролики»									*	*					*	*								
П/и «Наседка и цыплята»												*						*	*	*				
П/и «Кто быстрее»													*	*										
П/и «Перелет птиц»															*	*								
П/и «У медведя во бору»																							*	
Физкультурные досуг	«Что нам лето подарило»								«Осенние старты»								«Вместе с мамой веселей»							

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
с детьми 4-5 лет
II квартал**

Задачи:

1. Совершенствовать функции и закаливание организма детей.
2. Познакомить детей с ходьбой приставным шагом прямо по шнуру, приставляя пятку к носку, сохраняя правильную осанку.
3. Формировать мягкое приземление, умение регулировать силу отталкивания при прыгивании с куба с поворотом на 90 градусов.
4. Упражнять в перелезании через бревно с ходу с опорой на руки.
5. Упражнять в умении регулировать скорость движения, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.
6. Упражнять в перебрасывании и ловле мяча в парах.
7. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек.
8. Упражнять в умении бросать мешочек вдаль. Привлекать внимание к переносу тяжести тела с 1-ой ноги на другую при замахе и броске.
9. Упражнять в метании в горизонтальную цель 1-ой рукой снизу или от плеча.
10. Развивать ловкость и силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения, лежа на животе.
11. Вызвать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.
12. Приучать к самостоятельному созданию условий для выполнения физических упражнений.

Содержание	Декабрь								Январь								Февраль							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер ОД																								
Тема недели	Народные промыслы		Девочки и мальчики		Мастерская деда Мороза		Новогодние чудеса				Зимние развлечения		Неделя вежливых слов		В мире книжной графики		Животный мир зимой		Растения вокруг нас		Хочу все знать!		День защитника Отечества	
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*						*	*					*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу		*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*				*	*	*	*	
в рассыпную				*		*	*										*	*	*					
повороты	*	*	*	*									*	*	*	*			*	*	*	*	*	*
в колонну по два								*									*	*	*	*				
парами			*	*	*	*							*	*									*	*
в колонну по три									*	*	*	*												
в круг	*	*		*	*										*	*					*	*		
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*													*	*					*	*
с мячом среднего размера					*	*																		
с малым мячом							*	*																
с мишурой									*	*														
с обручем											*	*									*	*		
с мешочком													*	*										
с короткими лентами															*	*								
с кубиками																								
с большим мячом																		*	*					
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*			*	*	*	*	*		*	*		*	*	*			*	*	*	*
с высоким подниманием ног	*		*							*		*	*	*				*	*			*		
«пингвины»	*	*																						

на пятках		*							*					*						*			
парами			*		*	*	*								*	*	*	*			*		
на носках	*	*					*	*	*			*	*	*	*		*					*	*
приставным шагом							*	*							*								
елочкой										*	*												
змейкой																						*	
Бег																							
обычный	*	*			*	*			*	*	*	*	*				*	*	*	*	*	*	*
врассыпную		*	*	*			*							*	*	*	*	*					
врассыпную в парах																		*	*				
змейкой								*	*	*	*	*										*	*
двумя колоннами					*	*																	
бег за мячом						*															*	*	
челночный бег 2*10						*																	
с высоким подниманием ног из обруча в обруч														*	*					*			
Прыжки																							
в приседе	*	*																					
спрыгивание с куба	*	*																			*	*	
в высоту через валики			*	*																			
из обруча в обруч			*	*																			
в высоту с места с зажатыми между коленями мячом					*																		
в длину с места	*									*	*					*	*						
спрыгивание со скамейки											*	*											
через ручей																			*				*
Катание, бросание, ловля																							
прокатывание малого мяча в ворота					*	*																	
подбрасывание и ловля большого мяча								*	*														
мешочек вдаль																*							

кубик вдаль																	*	*		*	*					
прокатывание малого мяча по дорожке																									*	
перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя																										
Ползание, лазание																										
ползание на ладонях и ступнях	*	*												*	*				*							
подлезание под веревку	*	*																							*	
подтягивание по скамейке на животе			*	*	*	*								*	*		*									
влезание и спуск по гимнастической стенке													*	*	*	*										
подлезание под дугу																*				*						
подъем и спуск по наклонной доске																									*	
Равновесие																										
ходьба по шнуру приставным шагом			*	*																						
ходьба по ребристой дорожке							*	*			*	*			*	*		*	*		*	*		*	*	
Подвижные игры																										
П/и «Цветные автомобили»	*										*															
П/и «Светофор»		*																								
П/и «Котята и щенята»			*	*																						
П/и «Не попадись в мышеловку»					*																					
П/и «Кролики»						*	*	*		*	*						*									
П/и «Волшебные елочки»							*																			
П/и «Кто быстрее?»											*							*								
П/и «Мяч через сетку»												*							*	*						
П/и «Наседка и цыплята»												*	*													
П/и «Самолеты»															*											
П/и «Мыши в кладовой»																								*		

П/и «Быстро возьми»																						*		
П/и «Автомобили»																								*
Физкультурный досуг	«В гости к елочке»								«Вот зима кругом бело»								«Дружно, весело играя, мы здоровья прибавляем!»							

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
с детьми 4-5 лет
III квартал**

Задачи:

1. Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории, сохранять точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.
2. Знакомить детей с траекторией полета мяча при броске в корзину 1-ой рукой снизу. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног.
3. В метании в вертикальную цель знакомить детей с броском от плеча 1-ой рукой. Действовать согласованно рукой и ногами.
4. Показать вращение скакалки, согласовывая вращение с подпрыгиванием.
5. Знакомить детей с отбиванием мяча о стенку. Упражнять в ловле мяча.
6. Закреплять умение при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.
7. Упражнять в умении выполнять энергичный замах при метании малых предметов вдаль, осуществлять перенос центра тяжести с 1-ой ноги на другую при замахе и броске.
8. В прыжках в длину с места познакомить с сочетанием взмаха руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.
9. Закреплять умение перебрасывать и ловить мяч в парах с отскоком от земли и без отскока, придавая точное направление и регулируя силу броска.
10. Закреплять умение сочетать точное направление с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания.
11. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
12. Знакомить детей со способом перелезания через бревно, находящееся на высоте 60см от земли.

Содержание Номер ОД	Март								Апрель								Май							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Тема недели	Мамины помощники	Ранняя весна	Правила дорожного движения	Мир театра	Всемирный день здоровья	День космонавтики	Международный день птиц	Удивительный предметный мир	Как хорошо, что есть мир на	Природа наш дом!	История дома	Права детей в России												

																		земле (День Победы)								
Построения																										
в колонну по одному	*	*	*	*	*								*	*	*	*							*	*	*	*
в шеренгу					*	*	*	*									*	*	*	*						
три колонны	*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*						
в пары							*	*									*	*					*			
в круг					*	*	*	*					*	*	*	*						*	*	*	*	*
в колонну друг за другом по росту	*	*						*	*	*	*				*	*	*	*								
повороты на месте			*	*	*	*				*	*			*	*				*	*				*	*	*
ОРУ																										
с двумя кубиками																								*	*	*
с большим мячом										*	*				*	*										
без предметов			*	*			*	*									*	*				*	*			*
с валиками								*	*																	
с обручем					*	*																				
с гимнастической палкой													*	*												
с мешочками																				*	*					
Ходьба																										
обычная	*	*		*	*	*	*	*	*	*				*	*	*	*	*	*	*	*		*	*	*	*
на носках	*	*					*	*				*		*	*	*		*							*	*
на пятках	*	*								*			*				*	*							*	*
на носках змейкой			*	*																*	*					
широким шагом из обруча в обруч					*	*																				
с высоким подниманием колен			*				*	*		*	*				*	*								*		*
приставным шагом			*				*	*																*	*	*
с перешагиванием через								*	*																	

валики																								
боком приставным шагом											*	*												
с остановкой на сигнал														*	*							*	*	
со сменой ведущего																		*	*					
Бег																								
обычный	*	*			*	*			*	*	*	*				*	*		*	*		*	*	*
с изменением направления	*	*										*	*											
змейкой между предметами			*	*							*	*	*						*	*				
из обруча в обруч					*	*																		
в рассыпную с остановкой на сигнал						*	*																	
в рассыпную															*									
парами																	*							
челночный																						*		
Прыжки																								
с продвижением вперед								*	*	*		*												
боком через палки											*	*	*											
двумя колоннами через гимнастические палки																*	*							
на одной ноге с продвижением				*										*	*					*				
из обруча в обруч				*	*																			
в длину с места					*	*	*								*							*		
через короткую скалку											*	*	*											
в высоту с места через валик																*	*							
Метание, бросание, ловля																								
перебрасывание большого мяча в парах		*	*			*	*			*							*							
прокатывание большого			*																					

мяча в головой																							
бросание набивных мячей в парах				*																			
броски малого мяча снизу одной рукой в корзину							*	*	*					*	*								
броски большого мяча снизу одной рукой в корзину									*			*	*		*						*		
бросок большого мяча на мягкий коврик										*											*		
бросок большого мяча двумя руками от груди							*	*					*										
метание мешочка вдаль															*	*							
метение мешочка в цель																			*				
Ползание, лазанье																							
подъем по наклонной доске на ладонях и ступнях	*																						
ползание на четвереньках		*				*																	
ползание на ладонях и коленях			*	*																			
подтягивание на скамейке на руках, лежа на животе				*																			
переход с одного пролета гимнастической скамейки на другой					*				*	*				*									
перелезание через бревно															*	*							
лазание по гимнастической стенке																		*	*				
подлезание под дугу																							*
Равновесие																							
ходьба по гим.ск. с	*																*						

перешагиванием через набивные мячи																								
ходьба по ребристой доске							*							*	*		*	*					*	
Подвижные игры																								
П/и «Автомобили»	*																							
П/и «Куры и цыплята»		*	*																					
П/и «Самолеты»				*																				
П/и «Котята и щенята»					*	*																		
П/и «Кто быстрее принесет кубик?»							*	*																
П/и «Цветные автомобили»									*															
П/и «Кто быстрее пробежит к флажку?»									*									*						
П/и «Бездомный заяц»										*									*	*				
П/и «Перелет птиц»											*	*												
П/и «Пастух и стадо»													*	*	*									
П/и «Зайцы и волк»																*						*		
П/и «Медведи и пчелы»																	*							
П/и «Мяч через сетку»																							*	*
Физкультурный досуг	«Поиграем мы с мячами»							«Весна, весна на улице»							«Есть у солнышка друзья»									

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
с детьми 4-5 лет
IV квартал**

Задачи:

1. Продолжать укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни.
2. Совершенствовать функции и закаливание организма детей.
3. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.
4. Продолжать формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий.
5. Продолжать развивать умения быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других.

6. Закреплять технику основных движений, добиваясь естественности легкости, точности, выразительности выполнения.
7. Закреплять пространственную ориентировку в статике и динамике.
8. Упражнять в развитии скоростно-силовых качеств, гибкости, ловкости и выносливости.
9. Продолжать всесторонне развивать личность детей, формировать физические и нравственные качества.
10. Воспитывать настойчивость при достижении конечного результата.
11. Воспитывать интерес к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни города и страны.
12. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.

Содержание	Июнь								Июль								Август								
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	
Номер ОД																									
Тема недели	«Мы живем в Тольятти»		«Здравствуй, лето!»		«Почемучки и любознательности»		«Город мастеров»		«В гостях у книги»		«Спорт и здоровье»		«Юные исследователи»		«Смешные человечки»		«Я, ты, он, она – вместе дружная семья»		«Азбука безопасности»		«Песочные фантазии»		«До свидания, лето»		
Построения																									
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в рассыпную	*	*																							
в пары	*	*	*	*								*	*				*	*							
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*							
перестроение в три колонны								*	*	*	*	*					*	*			*	*			
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
ОРУ																									
без предметов	*	*	*	*																					
со скалками					*	*	*	*																	
с шишками									*	*	*	*													
с ленточками													*	*	*	*									
с флажками																	*	*	*	*					

с гантелями																						*	*	*	*
Ходьба																									
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*					*	*	*	*				*		*							
изменением направления	*	*	*	*																					
враспынную			*	*			*	*																	
с высоким подниманием колен					*	*	*	*			*	*										*	*	*	*
на пятках					*	*	*	*					*	*	*	*									
змейкой					*	*	*	*	*	*					*	*	*								
с заданием для рук							*	*			*	*					*	*	*	*	*	*	*	*	
в полуприседе															*	*	*	*							
Бег																									
обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
враспынную	*	*	*	*					*	*		*	*	*										*	*
бег с высоким подниманием колен							*	*			*				*		*	*						*	*
в колонне					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*			
Прыжки																									
с продвижение вперед	*														*	*									
из обруча в обруч		*																							
между предметами на двух ногах			*	*																					
в длину с места							*	*																	
прыжки через короткую скакалку								*	*	*	*	*	*	*	*	*									
вверх с места										*	*	*													
вверх до погремушки																	*	*							
через длинную скакалку																			*	*	*	*	*	*	*
Метание, бросание, ловля																									

Прокатывание большого мяча по доске	*	*																						
подбрасывание и ловля мяча			*	*																				
в горизонтальную цель					*	*						*	*	*	*	*	*							
метание вертикальную цель от груди 2-мя руками							*	*												*	*	*	*	
прокатывание обруча																		*	*					
метание большого мяча вдаль от груди с замахом															*	*								
Ползание, лазание																								
ползание по-пластунски по скамье, с мешочком на спине, подтягиваясь руками прямой			*	*							*	*												
ползание по доске на низких четвереньках					*	*																		*
Лазание по гим. стенке удобным способом							*	*																
Лазание чередующим шагом удобным способом														*	*	*	*							
Переход с пролета на пролет																							*	*
Равновесие																								
ходьба приставными шагами по шнуру	*	*																						
ходьба по доске разным положением рук			*	*																				
ходьба по ребристой доске					*	*																		*
ходьба по шнуру с мешочком на голове							*	*	*	*														

ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове приставным шагом боком																	*	*	*	*				
ходьба по кубикам																					*	*		
Подвижные игры																								
П/и «Кролики»	*	*																						
П/и «Подбрось - выше»			*	*																				
П/и «Зайцы и волк»					*	*							*	*										
П/и «Красный, желтый, зеленый»							*	*																
П/и «Чья колонна быстрее передаст мяч»								*	*															
П/и «Перелет птиц»										*	*								*	*				
П/и «Самолеты»												*	*											
П/и «Сбей кегли»																	*	*						
П/и «Найди себе пару»																					*	*		
П/и «Лошадки»																							*	*
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето!»							«День Нептуна»							««Цветик-семицветик»»»									

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
старшая группа
Квартал**

Задачи:

1. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
2. Развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе; обращать внимание на движение рук при ходьбе; развивать координационные способности.
4. Закреплять умение бросать большой мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками
5. Закреплять умение бросать большой мяч в паре, ловить его.
6. Знакомить с выполнением кругового замаха при метании мешочка на дальность.

7. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при выполнении прыжка в длину с места, умение энергично отталкиваться и сочетать толчок со взмахом рук. Упражнять детей в мягком приземлении.
8. Закреплять умение выполнять движение с ходу, преодолевая полосу препятствий.
9. Развивать координацию в ходьбе по ограниченной поверхности.
10. Продолжать укреплять мышцы спины, живота, рук.
11. Пробуждать интерес к подвижным играм и соревновательным упражнениям.

Содержание	Сентябрь								Октябрь								Ноябрь							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер ОД																								
Тема недели	До свидания лето, здравствуй, детский сад!		Моя семья		Волшебница осень		Профессии и в детском саду		Мир одежды и обуви		Моя улица, мой город		Опасное и безопасное вокруг нас (мир техники)		Праздник урожая		Моя страна - моя Родина		Птицы нашей области		Скоро зима		День матери	
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу					*	*	*	*																
в рассыпную									*	*														
в пары													*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту															*	*	*	*						
в колонну парами																			*	*	*	*	*	*
перестроение в в три колонны									*	*	*	*					*	*			*	*		
повороты на месте										*	*			*	*				*	*			*	*
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*					*	*														
с малым мячом					*	*	*	*																
с осенними листочками											*	*	*	*										
с флажками															*	*	*	*						
с гимнастической палкой																			*	*			*	*

Ходьба																									
обычная	*	*								*	*														
на носках			*	*							*	*	*	*	*		*		*						
на пятках					*	*					*						*		*						
парами														*	*										
в колонне										*	*	*	*						*						
с высоким подниманием колен																*	*	*							
в колонне с поворотом																	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в полуприседе																									
Бег																									
обычный	*	*										*	*				*								
врассыпную			*	*					*	*		*	*	*										*	*
бег с высоким подниманием колен							*	*			*				*		*	*					*	*	
в колонне				*	*				*	*			*	*	*	*			*	*	*	*			
челночный бег			*																						
из и.п. спиной к направлению движения																									*
Прыжки																									
в длину с места	*														*	*									
на 2 ногах стоя на месте	*	*	*	*					*				*												
с поворотом вокруг себя																									
с продвижение вперед																									
вверх с места																				*					
через мячи																			*	*					
спрыгивание со скамейки с поворотом на 90гр.																						*	*		
Метание, бросание, ловля																									
вдаль		*																							
в цель			*																						
подбрасывание и ловля мяча									*	*						*									

отбивание мяча о пол													*					*	*				
метание большого мяча от груди 2-мя руками в корзину															*								
метание большого мяча вдаль от груди с замахом																*	*						
метание мешочка в обруч																							*
ведение мяча на месте																			*	*			
ползание, лазание																							
ползание по прямой на ладонях и коленях								*							*				*				
подлезание под дугу									*	*													*
подлезание под шнуры										*	*												
пролезание в обруч боком																*	*						
ползание на ступнях и ладонях																			*				
Равновесие				*																			
ходьба между шнурами с мешочком на голове									*	*													
ходьба приставными шагами по шнуру																			*	*			
ходьба по гимнастической скамейке.																*				*			
ходьба с перешагиванием через набивные мячи				*						*													
ходьба по ребристой доске	*	*				*			*				*			*			*				*
Подвижные игры																							
П/и «Волшебные ёлочки						*	*																
П/и «Подбрось - поймай»							*	*															
П/и «Зайцы и волк»																				*			
П/и «Найди себе пару»				*	*					*	*												
П/и «Мы – веселые ребята»													*	*	*	*	*					*	

П/и «Караси и щука»																			*					
П/и «Ловишки»			*	*																*				
П/и «Кот и мыши»	*	*																				*		*
Физкультурный досуг	«На спортивную площадку осень в гости к нам пришла»								«Осенние старты»								«Вместе с мамой веселей»							

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
Старшая группа
II квартал**

Задачи:

Продолжать знакомить детей с подлезанием на предплечьях и коленях.

3. Показать детям изменение направления толчка при спрыгивании с предмета. Предложить детям спрыгивать в плоский обруч, лежащий впереди, справа, слева.
4. Знакомить детей с подготовительной фазой в прыжках в длину с места: подняться на носки, руки вверх, присесть, отвести руки назад.
5. Формировать представление о перекрестной координации. Приучать принимать правильное исходное положение при лазанье на гимнастической стенке перекрестной координацией.
6. Знакомить с забрасыванием большого мяча в вертикальную цель от головы двумя руками. Знакомить детей с броском от головы 2-мя руками при метании большого мяча вдаль.
7. В прыжках в высоту с разбега приучать детей слитно выполнять разбег и толчок одной ногой, а приземляться на 2 ноги одновременно, сохранять равновесие.
8. Закреплять навыки ведения мяча правой и левой рукой; забрасывания мяча в корзину.
9. Упражнять детей в умении выбирать разные способы подлезания в зависимости от высоты препятствия.
10. Развивать быстроту и ловкость в подвижных играх.
11. Приучать детей выполнять скольжение по ледяной дорожке на полусогнутых ногах, сохраняя равновесие.

Содержание	Декабрь								Январь								Февраль							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Тема недели	До свидания лето, здравствуй, детский сад!		Моя семья		Волшебница осень		Профессии в детском саду		Мир одежды и обуви		Моя улица, мой город		Опасное и безопасное вокруг нас (мир)		Праздник урожая		Моя страна - моя Родина		Птицы нашей области		Скоро зима		День матери	

Построения	техники																				
в колонну по одному	*	*	*	*																	
в шеренгу					*	*	*	*													
врассыпную																					
в пары										*	*			*	*						
в колонну друг за другом по росту												*	*	*	*						
в колонну парами															*	*	*	*	*	*	
перестроение в в три колонны									*	*	*	*			*	*		*	*		
повороты на месте									*	*			*	*		*	*		*	*	
ОРУ																					
без предметов																					
с малым мячом					*	*	*	*													
без предметов									*	*	*	*									
с палками	*	*	*	*								*	*	*	*						
с флажками															*	*	*	*			
с султанчиками																					
Ходьба																		*	*	*	*
обычная	*	*							*	*											
на носках			*	*					*	*	*	*	*		*		*				
на пятках					*	*			*					*		*					
парами											*	*									
в колонне									*	*	*	*				*					
с высоким подниманием колен													*	*	*						
в колонне с поворотом														*	*	*	*	*	*	*	*
в полуприседе																					
Бег																			*		
обычный	*	*							*	*				*							
врассыпную			*	*				*	*		*	*	*							*	*

бег с высоким подниманием колен							*	*			*				*		*	*					*	*
в колонне				*	*				*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
челночный бег			*																					
из и.п. спиной к направлению движения																								*
Прыжки																								
в длину с места													*	*										
на 2 ногах стоя на месте	*	*	*	*					*			*												
с поворотом вокруг себя																								
с продвижение вперед																								
вверх с места																			*					
через мячи																		*	*					
спрыгивание в обруч			*	*																		*	*	
Метание, бросание, ловля																								
вдаль																								
в цель			*																					
подбрасывание и ловля мяча									*	*				*										
отбивание мяча о пол													*					*	*					
метание большого мяча от груди 2-мя руками в корзину															*									
метание большого мяча вдаль от груди с замахом																*	*							
метание мешочка в даль одной рукой снизу	*	*																						*
ведение мяча на месте																					*	*		
Лазание																								
ползание, лазание																								
Подтягивание на скамейке, лежа на животе, с помощью рук				*	*				*					*						*				
подлезание под дугу									*	*													*	

подлезание под шнуры, высота 40, 50, 60 см											*	*													
пролезание в обруч боком			*	*												*	*								
ползание на ступнях и ладонях																		*							
Равновесие				*																					
ходьба между шнурами с мешочком на голове										*	*														
ходьба приставными шагами по шнуру																		*	*						
ходьба по гимнастической скамейке.																*				*					
ходьба с перешагиванием через набивные мячи				*						*															
ходьба по ребристой доске	*	*				*			*				*			*		*		*					
Подвижные игры																									
П/и «Мы – веселые ребята»	*	*																							
П/и «Перемени предмет»										*															
П/и «Волшебные елочки»						*	*				*								*						
П/и «Чья команда быстрее»				*	*			*	*			*													
П/и «Караси и щука»																*	*								
П/и «Наседка цыпята»			*	*														*							
П/и «Ловишка, бери ленту»	*	*																			*				
П/и «Два Мороза»														*	*								*	*	
Физкультурный досуг	«Зимушка красавица в гости к нам пришла»						«Зимние забавы»						«Бравые солдаты»												

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
Старшая группа
III квартал**

Задачи:

1. Познакомить детей с вращением короткой скакалки в сочетании с прыжком.
2. Показать детям выполнение кругового замаха при метании вдаль малого предмета из-за плеча одной рукой.
3. Знакомить с выполнением замаха из-за головы 2-мя руками при метании большого мяча вдаль. Упражнять в согласовании движений ног, рук и туловища в броске большого мяча из-за головы 2-мя руками. В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движения рук и ног.
4. Знакомить детей с ползанием по-пластунски, обратить внимание на координацию движений рук и ног. Закреплять умение пользоваться перекрестной координацией в ползании по-пластунски.
5. Знакомить с броском биты прямой рукой сбоку. Продолжать упражнять детей в умении создавать условия для игры в городки. Ввести в игру в городки правила сбивания городков не только с линии кона, но и с линии полукона.
6. Знакомить с броском в баскетбольное кольцо с ходу.
7. Упражнять в слитном выполнении разбега и толчка в прыжках в длину с разбега.
8. Упражнять в метании в движущуюся цель.
9. Развивать быстроту реакции на сигнал и скорость бега в играх.
10. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
11. Развивать умение сохранять равновесие, стоя на 1-ой ноге с выполнением движения.

Содержание	Март								Апрель								Май							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Тема недели	Машины помощники		Ранняя весна		Правила дорожного движения		Мир театра		Всемирный день здоровья		День космонавтики		Международный день птиц		Удивительный предметный мир		Как хорошо, что есть мир на земле (День Победы)		Природа наш дом!		История дома		Права детей в России	
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*																				
в шеренгу					*	*	*	*																
три колонны									*	*	*	*												
в пары													*	*	*	*								
в колонну друг за другом по росту	*	*		*	*			*	*	*	*				*	*	*	*						
повороты на месте			*	*	*	*				*	*			*	*			*	*				*	*

со сменой направления движения			*	*							*												
Прыжки																							
в длину с места				*	*	*										*							
на 2 ногах стоя на месте	*	*	*	*					*			*			*								
запрыгивание на скамейку								*	*														
через короткую скалку											*	*											
в высоту с разбега					*	*								*			*						
через мячи																*	*						
спрыгивание со скамейки с поворотом на 90гр.																			*	*			
с ноги на ногу в тройках	*	*																					
в длину с разбега	*	*	*												*								
Метание, бросание, ловля																							
вдаль						*	*				*	*	*	*				*					
в цель								*											*				
метание в движущуюся цель	*	*						*	*				*										
отбивание мяча о пол																*	*			*			
метание большого мяча от груди 2-мя руками в корзину														*									
метание большого мяча вдаль от груди с замахом															*	*							
бросок большого мяча из-за головы двумя			*																		*	*	

скамейке.																								
ходьба с перешагиванием через набивные мячи							*												*					*
ходьба по ребристой доске													*	*		*	*							
ходьба по шатающейся гимнастической скамейке				*	*																			
Подвижные игры																								
П/и «Волшебные ёлочки	*					*		*																
П/и «Не оставайся на полу»	*	*																						
П/и «Медведь и пчелы»			*																		*			
П/и «Хитрая лиса»				*																				
П/и «Мяч по кругу»				*							*	*	*	*									*	
П/и «Чья команда быстрее?»					*											*	*							
П/и «Пятнашки»						*													*					
П/и «Пожарные на учениях»							*	*	*												*			*
П/и «Волк во рву»									*	*														
П/и «Мышеловка»										*	*													
П/и «Охотники и утки»												*	*											
П/и «Лесная эстафета»															*									
П/и «Сокол и голуби»																*	*							
П/и «Ловишки с мячом»																			*	*				
П/и «Быстрые меткие»																							*	*

Физкультурный досуг	«Весенняя капель»	С физкультурой мы дружны нам, болезни не страшны	«Мы за мир!»
----------------------------	-------------------	--	--------------

**Перспективный план ОО «Физическое развитие»
старшая группа
IV квартал**

Задачи:

1. Продолжать укреплять здоровье детей и приобщать к здоровому образу жизни.
2. Продолжать совершенствовать функции и закаливание организме детей, используя природные факторы.
3. Совершенствовать технику основных видов движений, добиваясь естественности, легкости. Выразительности их выполнения.
4. Обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры, тонких движений рук.
5. Продолжать всесторонне развивать личность детей, формировать физические и нравственные качества.
6. Воспитывать настойчивость при достижении конечного результата.
7. Воспитывать интерес у детей к различным видам спорта, сообщать некоторые сведения о спортивной жизни города и страны.

Содержание	Июнь								Июль								Август							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер НОД																								
Построения																								
Тема недели	«Мы живем в Тольятти»		«Здравствуй, лето!»		«Почему чики и любознайки»		«Город мастеров»		«В гостях у книги»		«Спорт и здоровье»		«Юные исследователи»		«Смешные человечки»		«Я, ты, он, она – вместе дружная семья»		«Азбука безопасности»		«Песочные фантазии»		«До свидания, лето»	
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
враспынную	*	*																						
в пары	*	*	*	*									*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*						
перестроение в три колонны							*	*	*	*	*	*					*	*			*	*		
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Смыкание - размыкание									*	*	*	*									*	*	*	*
ОРУ																								

без предметов	*	*	*	*																	*	*	*	*
утяжелителями					*	*	*	*																
парами									*	*	*	*												
с скалками													*	*	*	*								
с большим мячом																	*	*	*	*				
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*					*	*	*	*				*		*						
изменением направления	*	*	*	*																				
враспынную			*	*			*	*																
с высоким подниманием колен					*	*	*	*			*	*									*	*	*	*
на пятках					*	*	*	*					*	*	*	*								
змейкой					*	*	*	*	*	*					*	*	*							
с заданием для рук						*	*			*	*						*	*	*	*	*	*	*	*
По диагонали					*	*	*	*					*	*	*						*	*	*	*
в полуприседе					*	*	*	*								*	*	*	*					
Бег																								
обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
бег на скорость	*	*	*	*					*	*		*	*	*									*	*
бег с высоким подниманием колен							*	*			*				*		*	*				*	*	
в колонне					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
С захлестыванием голени	*	*	*	*																				
По диагонали					*	*	*	*																
Прыжки																								
Прыжки в длину с места	*	*																						
Прыжки на короткой скалке			*	*																				
В длину с разбега							*	*	*	*														
в длину с места																								

В высоту с места												*	*	*	*										
В высоту с разбега															*	*			*	*	*	*			
Прыжок вверх																						*	*		
Метание, бросание, ловля																									
метание большого мяча вдале из-за головы	*	*																							
Перебрасывание мяча в парах, тройках от груди			*	*																					
Метание малого мяча снизу прямой рукой					*	*																			
Сбивание кубиков малым мячом							*	*												*	*	*	*		
Перебрасывание мяча друг другу от груди и снизу.								*	*	*	*							*	*						
Отбивание мяча в движении правой и левой рукой											*	*	*	*											
Бросание и ловля мяча: с хлопками и поворотами;																	*	*							
отбивание в движении правой и левой рукой;																	*	*							
ведение мяча между ориетирами																	*	*							
Ударить о пол, о стенку, поймать; бросить одной рукой, поймать другой; несколько раз отбить мяч о стену ладонью, поймать двумя руками																		*	*						
Метание в вертикальную																				*	*	*	*		

цель из-за спины через плечо																							
Ползание, лазание																							
лазание по гимн. стенке перекрестной координацией			*	*							*	*											
Лазание по гимн. стенке удобным способом					*	*																*	
Пролезание в обруч разными способами							*	*												*	*		
Ползание по гимн. скамейке с упором на предплечья и колени												*	*										
Лазание по гимн.стенке чередующим шагом разноименным способом с переходом на другой пролет														*	*							*	*
Лазание по веревочной лесенке, стеке свободным способом																							
Подлезание по пластунски под несколькими скамейками подряд																						*	*
Равновесие																							
ходьба по узкой рейке гимнас. Скамейке с мешочком на голове	*	*																					
Ходьба по гимнастической скамейке спиной вперед приставным шагом								*	*	*	*											*	*
ходьба по кирпичикам с																*	*	*	*	*	*	*	*

мешочком на голове																								
ходьба по шнуру с мешочком на голове						*	*	*	*															
ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове приставным шагом боком																*	*	*	*					
Подвижные игры																								
П/и «Вышибалы»			*	*																				
П/и «Гуси - лебеди»						*	*																	
П/и «Ловкая пара»								*	*															
П/и «Перелет птиц»										*	*													
П/и «Мы веселые ребята »				*	*						*	*												
П/и «Прыжковая эстафета»												*	*											
П/и «Охотники и звери»																*	*							
П/и «Пожарные на ученье»	*	*																*	*					
П/и «Мышеловка»																				*	*			
П/и «Удочка»																						*	*	
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето!»						«День Нептуна»						«Цветик-семицветик»											

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
Подготовительная к школе группа
Иквартал**

Задачи:

1. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
2. Познакомить с правильным выполнением замаха; упражнять в умении принимать правильное исходное положение; сочетать замах с броском при метании вдаль мешочка.
3. Закреплять умение мягко приземляться при выполнении прыжков в длину и высоту с места.
4. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведении его по прямой, между предметами, меняя скорость движения.
5. Упражнять в умении сочетать ведение мяча и забрасывание его в баскетбольную корзину от головы 2-мя руками или от груди 2-мя руками.

6. Закреплять умение в прыжках в высоту с разбега выполнять слитно разбег и толчок.
7. Развивать у детей умение быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения и выполнять ускорение, ориентировку в пространстве во время бега.
8. Приучать детей самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия. Стремиться выполнять подлезание с ходу.
9. Продолжать развивать силу мышц рук, живота, спины.
10. Воспитывать чувство товарищества, взаимовыручки, ответственности, самостоятельности.

Содержание	Сентябрь								Октябрь								Ноябрь							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Номер ОД																								
Тема недели	До свидания лето, здравствуй, детский сад!		Моя семья		Волшебница осень		Профессии и в детском саду		Мир одежды и обуви		Моя улица, мой город		Опасное и безопасное вокруг нас (мир техники)		Праздник урожая		Моя страна - моя Родина		Птицы нашей области		Скоро зима		День матери	
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу					*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*
в пары													*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту															*	*	*	*						
парами															*				*	*	*	*	*	*
перестроение в в три колонны									*	*	*	*					*	*			*	*		
повороты на месте	*	*	*	*						*	*			*	*				*	*			*	*
три колонны															*	*								*
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*					*	*			*	*							*	*		
с малым мячом											*	*												
без предметов в парах																	*	*						

с большим мячом в парах														*	*								
с гимнастической палкой																		*	*			*	*
Ходьба																							
обычная	*	*	*	*				*	*	*	*					*	*	*	*				
спортивным шагом								*	*														
на носках			*	*				*	*	*		*	*	*	*		*						
на пятках					*	*		*	*	*					*								
противоходом двумя колоннами									*	*												*	*
спиной вперед											*												
с изменением направления											*												
парами											*	*											
выпадами													*	*									
с высоким подниманием колен																		*	*				*
в колонне с поворотом																*	*						
гимнастическим шагом																*	*			*			
перекатом с пятки на носок																		*	*				*
семенящим шагом																			*				
скрестным шагом																						*	*
Бег																							
обычный	*	*							*	*				*	*	*		*					
враспынную			*	*				*	*	*	*	*	*				*	*			*	*	
бег с высоким подниманием колен						*	*		*				*										
в колонне				*	*			*	*		*	*	*	*			*	*	*	*			
челночный бег			*																				
сосенной направления и направляющего																						*	*
боковой галоп								*															
с захлестыванием голени									*			*	*					*	*				
Прыжки																							

в длину с места	*						*	*					*	*	*							*	*
на 2 ногах стоя на месте	*	*							*														
с поворотом вокруг себя			*	*																			
с продвижение вперед					*	*																	
вверх с места																							
через набивные мячи									*	*													
запрыгивание и спрыгивание со скамейки с поворотом на 90гр.																		*	*				
в высоту с разбега																	*	*					
Метание, бросание, ловля																							
вдаль		*																					
в цель			*																				
подбрасывание и ловля мяча								*	*					*									
отбивание мяча о пол									*	*			*				*	*					
подбрасывание и ловля мяча одной рукой									*	*													
перебрасывание мяча из руки в руку										*													
отбивание мяча на месте и с продвижением вперед												*	*										
перебрасывание большого мяча в парах													*			*		*					
ведение мяча с забрасыванием в корзину														*	*								
метание в висящий большой мяч малым мячом																	*	*	*				
метание вдаль набивного мяча																					*	*	
Лазание																							
ползание по прямой на ладонях и коленях									*					*				*					
ползание по прямой на									*														

предплечьях и коленях																							
подлезание под дугу										*	*								*				
подлезание под шнуры												*											
по гимнастической стенке														*								*	*
пролезание в обруч боком															*	*							
Равновесие																							
ходьба между шнурами с мешочком на голове																							
ходьба приставными шагами по шнуру																			*	*			
ходьба по гимнастической скамейке.											*					*				*			
ходьба с перешагиванием через набивные мячи				*						*													
ходьба по ребристой доске	*	*				*				*					*			*				*	
Подвижные игры																							
П/и «Хитрая лиса»	*	*																					
П/и «Волшебные ёлочки								*	*														
П/и «Медведь и пчелы»								*			*								*				
П/и «Перелет птиц»									*	*													
П/и «Кот и мыши»																						*	
П/и «Мышеловка»						*	*																
П/и «Мы – веселые ребята»			*	*																			
П/и «Кто быстрее пробежит к флажку?»					*	*								*									
П/и «Догони свою пару»												*											
П/и «Коршун и наседка»												*											
П/и «Перемени предмет»														*									
П/и «Караси и щука»																							
П/и «Ловишка, бери лету»														*	*	*							
П/и «Перебрось мяч через																		*					

сетку»																															
П/и «Мяч водящему»																															
Физкультурный досуг	«Наши воспитатели»								«Мой город»								«Уж небо осенью дышало...»														

Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»

Подготовительная к школе группа

II квартал

Задачи:

1. Упражнять в выполнении бросков набивного мяча от груди с замахом на дальность. В прыжках через набивные мячи развивать силу отталкивания и умение выполнять прыжки слитно.
2. Знакомить детей с быстрым переходом из положения, лежа на животе к бегу. Упражнять в умении начинать бег из разных и.п. (стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно).
3. Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой в метании в вертикальную цель с разного расстояния.
4. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки. Развивать способность сохранять равновесие на гимн.скамейке, выполняя приседания и поворот на 90 градусов. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по качающейся скамейке.
5. В прыжках в высоту с разбега учить определять место для отталкивания, слитно выполнять разбег и толчок.
6. Упражнять в ведении мяча и забрасывании его в баскетбольное кольцо.
7. В метании мешочка на дальность учить выполнению дугообразной траектории полета.
8. Развивать умение выполнять широкий скользящий шаг на лыжах. Оценить лыжную стойку при ходьбе по лыжне и скатывании с горки.
9. Упражнять детей в умении подниматься на горку ступающим хлопающим шагом и полувелочкой.
10. Развивать умение объезжать встречающиеся препятствия при скольжении по ледяным дорожкам (пропустить между ног, объехать слева или справа, перепрыгнуть). Закреплять умение группироваться при приземлении во время скольжения.
11. Развивать быстроту, ловкость, координацию движений.
12. Воспитывать самостоятельность, инициативность, взаимовыручку.

Содержание	Декабрь								Январь								Февраль								
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	
Тема недели	Народные промыслы	Девочки и мальчики	Мастерская деда Мороза	Новогодние чудеса							Зимние развлечения	Неделя вежливых слов	В мире книжной графики	Животный мир зимой	Растения вокруг нас	Хочу все знать!	День защитника Отечества								
Построения																									

в колонну по одному	*	*	*	*	*						*	*					*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу		*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*				*	*	*	*	
в рассыпную		*		*			*		*	*	*	*						*	*	*				
повороты													*	*	*	*			*	*	*	*	*	*
в колонну по два							*										*	*	*	*				
парами	*		*		*	*							*	*	*	*					*	*	*	*
в колонну по три								*	*	*	*								*	*				
в круг				*											*									
четыре колонны						*							*	*			*							
ОРУ																								
без предметов	*	*			*	*					*	*									*	*	*	*
с короткими лентами			*	*																				
с обручем							*	*																
с мишурой									*	*														
на скамейке													*	*										
с большим мячом															*	*								
в четверках																	*	*						
с малым мячом																			*	*				
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*			*	*	*	*			*	*			*	*			*	*	*	*
на носках					*	*				*	*	*	*	*						*		*		
на пятках					*	*		*		*										*				
парами	*	*					*															*		
двумя колоннами			*	*				*	*	*	*									*				
с высоким подниманием колен	*	*				*			*	*			*	*	*	*			*					*
в колонне с поворотом																	*	*	*	*				*
спиной вперед						*	*																*	*
спортивным шагом						*	*													*	*			
в полуприседе								*	*										*	*				
на ягодицах													*	*						*				

перекатом с пятки на носок						*				*	*									*				
с заданием для рук														*	*	*	*							
змейкой																*	*					*	*	*
на ягодицах																						*	*	
на внешней стороне стопы														*	*						*	*	*	*
на внутренней стороне стопы																					*	*		
скрестным шагом	*	*																						
противоходом																					*	*	*	*
между набивным мячам																	*	*						
по диагонали																							*	*
Бег																								
обычный	*	*			*	*			*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*		*	*
враспынную		*	*	*			*			*	*	*									*	*		
бег с высоким подниманием колен								*								*	*							
в колонне														*	*						*	*		
с захлестыванием голени													*	*									*	*
двумя колоннами																							*	*
между палками																								
из и.п. стоя спиной																						*	*	
боковой галоп							*	*	*								*	*	*	*				
из разных и.п.	*	*																						
Прыжки																								
в высоту с разбега		*	*												*				*	*	*			
через 6 набивных мячей				*																				
в длину с места						*	*							*										
в длину с разбега				*								*	*										*	*
в высоту с места	*																							
на куб																*								
на мат с разбега																	*							
прыжки в длину с места																*	*							

запрыгивание на мат																			*	*				
Катание, бросание, ловля																								
ведение мяча, забрасывание его в баскетбольное кольцо				*																				
вдаль шишек					*	*							*	*	*	*								
метание набивного мяча вдаль от груди двумя руками							*	*	*		*												*	*
метание набивного мяча вдаль круговым замахом										*										*	*			
перебрасывание мяча и ловля его в парах											*	*												
перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя															*									
Ползание, лазание																								
крадучись на предплечьях и коленях по скамейке				*	*																			
лазание по гимнастической стенке под дугу	*	*														*		*					*	*
лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет																*								
Равновесие																								
Ходьба по гимнастической скамейке			*	*																				
Подвижные игры																								
П/и «Охотники и звери»	*	*	*																					
П/и «Ловля обезьян»				*	*						*													
П/и «Ловишка, бери ленту»						*	*												*					
П/и «Перемени предмет»					*																			
П/и «Чья команда быстрее построит дворец?»										*	*													
П/и «В чьей команде меньше																*	*							

мячей?»)»																							
П/и «Мы – веселые ребята»													*					*					
П/и «Чья команда быстрее?»)»														*									
П/и «Кот и мыши»																			*				
П/и «Мыши в кладовой»																				*			
П/и «Два мороза»							*	*															
П/и «Лиса в курятнике»																					*	*	
Физкультурный досуг	«Новогоднее путешествие»							«В гости к сказке»							«Семейные старты» с участием пап								

**Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
Подготовительная к школе группа
III квартал**

Задачи:

1. Обеспечить систематическую тренировку мелкой мускулатуры и тонких движений рук.
2. Повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма.
3. В прыжках в длину с места упражнять в слитном выполнении исходного положения, замаха, толчка.
4. Формировать у детей умение забрасывать большой мяч в баскетбольное кольцо с ходу, сразу после передачи.
5. В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка.
6. Развивать умение сохранять равновесие при спрыгивании с поворотом на 180 и 90 градусов.
7. Упражнять в ведении и передаче мяча партнеру; упражнять в ловле и передаче мяча в парах по дугообразной траектории.
8. В метании в цель упражнять в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.
9. Упражнять в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.
10. Упражнять в лазанье с использованием перекрестной координации.
11. Упражнять детей в подтягивании на скамейке лежа на животе.
12. Определить уровень развития мышечных групп и двигательных качеств.
13. Воспитывать самостоятельность, инициативность, взаимовыручку.

Содержание	Март								Апрель								Май							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Тема недели	Машины помощник	Ранняя весна	Правила дорожного	Мир театра	Всемирный день	День космонавт	Международный	Удивительный	Как хорошо,	Природа наш дом!	История дома	Права детей в												

	и		движения				здоровья		ики		день птиц		предметны й мир		что есть мир на земле (День Победы)						России			
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*							*	*	*	*						*	*	*	*
в шеренгу					*	*	*	*							*	*	*	*						
три колонны																								
в пары				*				*	*			*	*	*	*									
в четверки				*																		*		
в колонну друг за другом по росту	*	*					*	*	*	*				*	*	*	*							
повороты на месте переступанием			*	*	*	*			*	*			*	*				*	*			*	*	
расчет на первый - второй									*	*														
ОРУ																								
с палками	*	*																					*	*
с большим мячом			*	*														*	*					
без предметов					*	*	*	*		*	*			*	*					*	*			
с двумя лентами												*	*											
с обручем								*	*						*	*								
Ходьба																								
обычная	*	*		*		*		*	*															
на носках												*			*		*							
на носках с закрытыми глазами	*																							
с разным положением рук	*	*				*																		
спортивная		*						*																
между мячами			*																					
перешагивание через мячи			*																					

на месте не отрывая носки от пола					*	*												*	*				
со сменой направляющего гимнастическим шагом					*																		
противоходом							*	*			*	*		*	*								
скрестным											*	*	*										
пингвины											*	*											
на пятках												*	*		*		*				*	*	
на носках												*	*										
перекатом с пятки на носок												*	*	*									
выпадами														*	*								
парами					*															*	*		
в колонне					*	*	*	*										*					
двумя колоннами								*	*														
с высоким подниманием колен	*	*														*	*						
в колонне с поворотом															*	*	*	*					
в полуприседе										*	*												
Бег																						*	
обычный	*	*			*	*		*	*	*	*				*	*		*	*		*	*	
с захлестыванием голени	*										*	*											
с изменением направления	*																					*	*
с выносом прямых ног		*																		*	*		
между мячами			*								*	*											
боковой галоп					*												*	*					
враспынную					*	*	*															*	*
бег с высоким подниманием колен															*	*						*	*
парами						*		*	*														

челночный бег																		*									
двумя колоннами										*	*																
Прыжки																											
в длину с разбега	*														*	*										*	
на гимнастическую скамейку		*								*	*																
в длину с места						*						*	*					*									
через короткую скалку																											
в высоту с разбега						*	*	*									*			*							
через мячи			*	*																				*			
с ноги на ногу	*	*													*	*											
на одной ноге															*	*											
Метание, бросание, ловля																											
ведение мяча и забрасывание в кольцо			*	*							*	*	*	*													
ведение и передача мяча в парах				*																							
перебрасывание и ловля большого мяча в парах						*																					
метание набивного мяча						*	*																				
метание мешочка в обруч, лежащий на полу								*	*																		
метание большим мячом в большой висящий мяч								*	*																		
метание малым мячом в большой висящий мяч								*	*																		
Ползание, лазанье																											
подлезание под последовательный ряд дуг	*	*		*																							

подтягивание на скамейке, лежа на животе с различным положением ног	*					*																		
лазание на гимнастической стенке с пролета на пролет			*	*					*															
пролезание в обруч боком						*																		
Равновесие																								
ходьба с перешагиванием через набивные мячи							*													*				
ходьба по ребристой доске														*	*		*	*						*
ходьба по шатающейся гимнастической скамейке					*	*																		
Подвижные игры																								
П/и «Ловишки с мячом»	*	*																						
П/и «Лягушки и цапля»			*	*																				
П/и «Перелет птиц»					*																			
П/и «Поменяйтесь местами»					*	*																		
П/и «Наседка и цыплята»							*																	
П/и «Ловишка, бери ленту»								*			*													
П/и «Кто быстрее пробежит к флажку?»									*					*										
П/и «Пожарные на учениях»										*	*									*	*			
П/и «Догони свою пару»												*												
П/и «Кто быстрее доберется через препятствия?»														*										

П/и «Мы – веселые ребята»																*						
П/и «Лесная эстафета»																	*					
П/и «Сокол и голуби»																		*				
П/и «Перебежки»																				*	*	
П/и «Быстрые метки»																						*
Физкультурный досуг	«Дорожная азбука»										«С физкультурой мы дружны нам болезни не страшны»						«Мы за мир»					

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Виды культурных практик, используемых инструктором по физической культуре

В детском саду организуются разнообразные **культурные практики**, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Соревнование – вид деятельности целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных и подвижных игр, развлечений, двигательной активности, спортивных состязаний и соревнований.

Викторина - форма организации работы с детьми, основанная на взаимодействии педагога и воспитанников, в процессе которой дети развлекаются, соревнуясь в правильном выполнении предложенных поисковых заданий различного содержания, соблюдая предложенные правила и представляя ответы в заданной форме (познавательная, экологическая).

Проект – форма организации работы с детьми, основанная на взаимодействии педагога и воспитанников, в процессе которой происходит поэтапная интегрированная деятельность детей по достижению решения поставленной проблемы, заканчивающаяся получением творческого продукта и презентации результата, которая предполагает самостоятельную деятельность детей под руководством взрослого.

Детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. В детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», «Шашечный турнир». Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте), а также в соответствии с комплексно - тематическим планированием «Уж небо осенью дышало», «Мой город», «весна, весна на улице...».

Культурные практики вырастают на основе, с одной стороны, взаимодействия с взрослыми, а с другой стороны, и это не менее важно для развития ребёнка, на основе его постоянно расширяющихся самостоятельных действий (собственных проб, поиска, выбора, манипулирования предметами и действиями, фантазирования, наблюдения-изучения-исследования). На основе культурных практик ребёнка формируются его привычки, пристрастия, интересы и излюбленные занятия, а также в известной мере черты характера.

Виды культурных практик

Культурная практика	Интегрированные виды деятельности	Содержание	Периодичность использования	Возраст детей
Детский досуг	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая • Коммуникативная • Музыкальная • Восприятие художественной литературы и фольклора • Двигательная 	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха	1 раз в месяц	Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа
Соревнование	<ul style="list-style-type: none"> • Двигательная • Игровая 	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных и подвижных игр, развлечений, двигательной активности, спортивных состязаний и соревнований	1 раз в квартал	Старшая группа Подготовительная к школе группа
Тренировка	<ul style="list-style-type: none"> • Двигательная • Игровая • Коммуникативная 	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит совершенствование физических навыков и умений в соответствующих видах детской деятельности и решение интегрированных задач соответствующих образовательных областей	1 раз в неделю	Старшая группа Подготовительная к школе группа
Маршрутная игра	<ul style="list-style-type: none"> • Познавательно исследовательская • Коммуникативная • Игровая • Двигательная • Восприятие художественной 	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит практическое выполнение дошкольниками специально подобранных педагогом заданий в ходе целенаправленного движения по определенной схеме, обозначенной в маршрутном листе.	1 раз в квартал	Старшая группа Подготовительная к школе группа

	литературы			
--	------------	--	--	--

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется как в совместной образовательной деятельности детей со взрослыми и сверстниками, так и в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.

Направления поддержки детской инициативы:

- позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль педагога - организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах;
- психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности;
- фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

Обеспечение эмоционального благополучия через:

- непосредственное общение с каждым ребенком;
- уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям.

Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей.

Построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и сверстниками через:

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества,

- личностного, физического и художественно - эстетического развития детей;
- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
- оценку индивидуального развития детей;

Взаимодействие с родителями по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, посредством создания образовательных проектов совместно с семьей.

Инициативная личность развивается в деятельности. А так как ведущая деятельность дошкольного возраста - игра, то, чем выше уровень развития творческой инициативы, тем разнообразнее игровая деятельность, а, следовательно, и динамичнее развитие личности.

Участвуя в конкурсах, олимпиадах, соревнованиях разной направленности дети имеют возможность продемонстрировать свои знания, умения и навыки, проявить творческие способности. Дети становятся более уверенными в себе, у них появляется желание действовать, они проявляют инициативу при подготовке к следующему мероприятию.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини – игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательные – игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек – гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков – силы, выносливости, быстроты.

Нетрадиционные занятия увлекают детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героев, проявляют большую фантазию в соответствии с сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, позитивно взаимодействуют в среде сверстников. У детей формируется интерес, потребность и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями.

Способы поддержки детской инициативы	Возраст			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
• Оснащение РПС по направлению	+	+	+	+
• Чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с формированием элемента ЗОЖ)	+	+	+	+
• Выпуск газет в рамках тематического планирования			+	+
• Здоровьесберегающие технологии: физкультминутки, пальчиковая гимнастика	+	+	+	+
• Танцевальные упражнения		+	+	+

• Подвижные игры	+	+	+	+
• Спортивные игры			+	+
• Развлечения, праздники	+	+	+	+
• Соревнования и досуги («С физкультурой мы дружны», «Семейные старты», «День Здоровья» и т.д.).			+	+
• Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей	+	+	+	+
• НОД по физкультуре с участием родителей	+	+		
• Участие в совместных с родителями соревнованиях			+	+
• Использование нетрадиционного физкультурного оборудования	+	+	+	+
• Использования маршрутных игр, игр - путешествий			+	+
• Использование схем, алгоритмов, пиктограмм при выполнении разных видов движений и подвижных игр спортивного характера			+	+

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Одним из важных принципов технологии реализации Программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольной организации. При этом сам воспитатель определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников. В современных условиях дошкольная образовательная организация является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и детского сада заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость Организации для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;

- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

На сегодняшний день в ДОО осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников со следующими категориями родителей:

- с семьями воспитанников;
- с будущими родителями.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей по физическому развитию:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ❖ ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;
- ❖ ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- ❖ участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы Совета родителей;
- ❖ целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- ❖ обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях, мастер-классах и открытых занятиях.

Необходимыми **условиями** успешной реализации данного раздела Программы являются:

1. *Доброжелательный стиль ежедневного общения* педагогов с родителями. Исключены категоричность, требовательный тон.
2. *Индивидуально-дифференцированный подход* – выбор педагогом форм и средств взаимодействия с учетом ситуации, настроения, действие в интересах ребенка.
3. *Сотрудничество, а не наставничество*, предполагающее создание атмосферы взаимопомощи и поддержки семьи в сложных педагогических ситуациях, демонстрация заинтересованности коллектива детского сада разобраться в проблемах семьи и искреннее желание помочь.
4. *Серьёзная подготовка* к любому мероприятию с целью обеспечения качества.

5. *Динамичность* – быстрое реагирование на изменения социального состава родителей, их образовательные потребности и воспитательные запросы. В зависимости от этого меняются формы и направления работы педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников в младшей группе

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников в средней группе

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «В гостях у Мойдодыра», «Веселые игры». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников в старшей группе

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

1. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников подготовительной к школе группе

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Педагогический мониторинг	Педагогическая поддержка	Педагогическое образование родителей	Совместная деятельность педагога и родителей
Группа младшего дошкольного возраста			
- изучение своеобразия семей, особенностей семейного воспитания; - анализ педагогических проблем, которые возникают в разных семьях - изучение взаимоотношений с ребенком.	- организовать условия для благополучной адаптации малыша в детском саду.	- развивать активную компетентную позицию родителя в вопросах укрепления здоровья детей, в период адаптации ребенка к детскому саду и изучение особенностей возраста.	- развивать интерес родителей к проявлениям своего ребенка, - желание познать свои возможности как родителей, - вовлечение в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.
Формы взаимодействия с семьями воспитанников			
<i>Беседа с родителями</i> «Традиции нашей семьи». <i>Анкетирование:</i> «Физкультура в семье и детском саду»	«Одежда детей в разные сезоны» <i>-педагогические беседы</i> <i>Круглый стол</i> «Значение режима дня для здоровья ребенка» <i>Фотоконкурс</i>	«Физиологические особенности детей 3-4 лет» <i>консультация</i> «Чтобы был малыш здоров» - <i>буклет</i> <i>Газета</i> «Будь здоров»	«Физическое воспитание – залог здоровья <i>подрастающего поколения</i> » – <i>день открытых дверей.</i> <i>ОД</i> «Вместе с мамой, вместе с папой на зарядку становись!»

	«Мы - спортивная семья». «Оформление спортивного уголка дома» - <u>буклет</u>		«Зимние забавы» <u>физкультурный досуг на воздухе совместно с родителями.</u>
Группа среднего дошкольного возраста			
-изучить удовлетворенность родителей совместной деятельностью с инструктором по физической культуре.	- создать условия для сплочения родительского коллектива группы – возникновению у них желания общаться с детьми проводить свободное время.	- совершенствовать умение родителей развивать своих детей в двигательной деятельности.	- вовлекать родителей как активных участников в педагогический процесс; - формировать в группе коллектива единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию детей.
Формы взаимодействия с семьями воспитанников			
<u>Анкетирование</u> «Физическая культура и оздоровление»	<u>Конкурс рисунков и фотографий на спортивную тематику</u> – «Право на отдых» «Как организовать выходной день с ребенком» - <u>педагогическая беседа</u> «Семейный кодекс здоровья»- <u>памятка</u>	«Физиологические особенности детей 4-5 лет» <u>консультация</u> «Здоровый образ жизни в играх» <u>семинар-практикум</u> <u>Газета «Будь здоров»</u> «Развитие двигательных умений у детей дошкольного возраста» <u>практикум</u>	«Бравые солдаты» - <u>физкультурный праздник с участием родителей</u> «Неделя здоровья» <u>с участием родителей</u> <u>Семейный клуб «Здоровячек»</u>
Группа старшего дошкольного возраста			
- выявить интерес и потребность родителей в получении знаний и умений ОО «Физическое развитие»	- создать условия для содержательного и познавательного взаимодействия взрослых и детей в процессе реализации совместных мероприятий по ознакомлению с профессиями, увлечениями конкретных родителей.	- создать условия для презентации педагогического роста, опыта позитивного родительства, в ходе которых происходит обогащение детско-родительских отношений.	- организовать совместные детско – родительские проекты физической направленности.
Формы взаимодействия с семьями воспитанников			
<u>Анкетирование:</u> «Что вы знаете о ЗОЖ»	«Роль движений в жизни ребёнка» <u>эвристическая беседа.</u>	«Способы эффективного закаливания» - <u>тренинг</u>	- <u>проект</u> «Здоровые дети - счастливые родители»

<u>Опросник «ЗОЖ в вашей семье»</u>	<u>Встреча с интересным человеком</u> «Тренер по футболу» «Домашний стадион» - <u>буклет</u> «Веселые старты» <u>соревнования</u> <u>между детскими садами.</u>	«Академия успеха для пап имам» <u>семейный клуб</u> : «Как повысить работоспособность ребенка!» <u>Газета «Будь здоров»</u>	- «Уж неб осенью дышало ...» <u>эколого-спортивно-музыкальный досуг</u> - «Аты – баты, шли солдаты!» <u>физкультурный праздник с участием родителей</u> - «Пришла весна в мои края» <u>эколого-спортивно-музыкальная викторина</u>
-------------------------------------	---	---	---

Существуют разнообразные формы общения педагога с родителями, которые мы используем в своей работе. С учетом контингента воспитанников и особенностей семей инструктор по физической культуре использует различные формы и направления взаимодействия.

Формы взаимодействия с родителями подразделяются по форме организации на:

- традиционные и нетрадиционные (инновационные).

Традиционные формы подразделяются на *коллективные, индивидуальные и наглядно-информационные.*

Нетрадиционные формы: условно можно поделить на *«пассивные» и интерактивные.*

Традиционные формы. Это формы работы, проверенные временем. Их классификация, структура, содержание, эффективность описаны во многих научных и методических источниках (лекции, ДОД, открытые показы НОД, СОД с детьми и т.д.).

Коллективные (массовые) формы подразумевают работу со всем или большим составом родителей ДОО (группы). Это совместные мероприятия педагогов и родителей, детей (родительские собрания, конференции, «Круглые столы» и др.).

Индивидуальные формы предназначены для дифференцированной работы с родителями воспитанников (беседы, тематические консультации и др.).

Наглядно-информационные - играют роль опосредованного общения между педагогами и родителями (видео – фото презентации, выставки детских работ, стенды и др.).

Особой популярностью, как у педагогов, так и у родителей пользуются **нетрадиционные формы** общения. Они направлены на установление неформальных контактов с родителями, привлечение их внимания к детскому саду.

Досуговые формы организации общения призваны устанавливать теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми. Например, **Эколого-спортивно-музыкальная викторина** «Уж небо осенью дышало...».

Наглядно-информационные формы организации общения педагогов и родителей решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях дошкольной организации, позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективнее увидеть деятельность воспитателя.

Наглядно-информационные формы условно разделены на две подгруппы. Задачами одной из них — *информационно-ознакомительной* — является ознакомление родителей с детским садом, особенностями его работы, с педагогами, занимающимися воспитанием детей.

Задачи другой группы — *информационно-просветительской* — близки к задачам познавательных форм и направлены на обогащение знаний родителей об особенностях развития и воспитания детей дошкольного возраста. Их специфика заключается в том, что общение педагогов с родителями здесь не прямое, а опосредованное — через газеты, организацию выставок и т.д., поэтому они были выделены в самостоятельную подгруппу, а не объединены с познавательными формами. Например, *газета*, издаваемая ДОО для родителей «Будь здоров!».

Цель: валеологическое просвещение родителей и пропаганда здорового образа жизни.

«Академия успеха для пап и мам» (буклеты, памятки, бюллетени).

Цель: ознакомление родителей с основными задачами, методами воспитания, оказания практической помощи семье.

Форма буклета, памятки позволяет прочитать содержание, как дома, так и в детском саду.

Эффективным направлением в области расширения коммуникативных возможностей является интернет, индивидуальное консультирование родителей по электронной почте.

2.6. Взаимодействие с педагогическим коллективом

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОО, медицинского персонала и родителей.

Инструктор по физической культуре, приступая к работе, должен определить для себя несколько первоочередных задач.

1. Работа любого специалиста, прежде всего, должна начинаться со знакомства с образовательной программой, по которой работает дошкольное учреждение, и учебно-методическим комплектом.

2. Внимательно изучить цели и задачи образовательной области «Физическое развитие» над которыми ему предстоит работать с детьми разных возрастов.

3. Проанализировать условия необходимые для решения поставленных задач.

Провести ревизию оснащения физкультурного зала и физкультурной площадки на улице. Составить заявку на приобретение дополнительного физкультурного оборудования и пособий.

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

4. Провести диагностику здоровья, физического и двигательного развития детей.

Комплекс диагностических мероприятий осуществляется целым коллективом специалистов (воспитателями, медиками, узкими специалистами).

- медицинский персонал (оценка физического развития и здоровья);
- инструктор по физической культуре и воспитатели (оценка уровня двигательной активности и физической подготовленности);

- педагог-психолог (выявление отклонений в становлении отдельных сторон личности дошкольников: эмоциональное состояние, познавательные процессы);
- музыкальный руководитель (оценка музыкально-ритмического развития детей).

Взаимодействие с медицинским персоналом

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, является:

- **Физическое состояние детей посещающих детский сад.** Так, в начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются листы здоровья, физического и двигательного развития детей.
- **Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.** Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Поэтому я кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведем совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медотвода для детей перенесших заболевания.
- **Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности,** т.е. рациональному чередованию нагрузки (оптимальное составление сетки занятий), соблюдению режима дня и двигательного режима.
- **2 раза в год осуществляем медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями.** Качественный и количественный контроль эффективности занятия, как правило, проводит медицинская сестра, а анализирует методист и инструктор по физическому воспитанию.
- Проводя работу по **формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ,** привлекаем медиков к проведению интегрированных занятий по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей.

Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Обязанности инструктора:

- планировать и организовывать образовательную деятельность по физическому воспитанию;
- оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОО (проводить различные консультации, выступать на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, необходимо встречаться со специалистами и обсуждать вопросы, требующие внимания.
- разрабатывать и организовывать информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводить обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Это дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Безусловно, одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия.

Отбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей и анализа диагностики. На каждую возрастную группу, составляется перспективное планирование. Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, используются разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные). Такие занятия, праздники и развлечения планируются в соответствии с календарно-тематическим планированием.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе. Все заметки фиксируются в журнале взаимодействия с педагогами.

Воспитатель, является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь инструктор так же проводит консультации, беседы, выступает на родительских собраниях, Вместе с воспитателями привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении необходимо музыкальное сопровождение педагоги вместе подбирают музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираются произведения определенного строения. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Чаще всего используется музыка, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же в заключительной части занятия, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому плану.

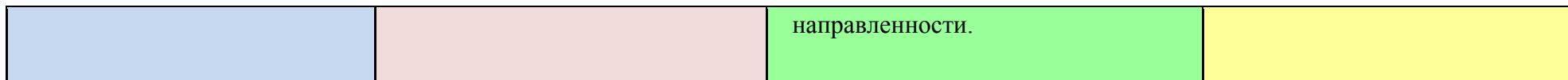
Взаимодействие с педагогом-психологом

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги- психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе. Поэтому в некоторые физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

<i>Инструктор по физической культуре</i>			
<i>Музыкальный руководитель</i>	<i>Медицинские работники</i>	<i>Воспитатели</i>	<i>Педагог - психолог</i>
-Решение задач физического развития в музыкальных видах деятельности; - разработка сценариев, праздников, программ развлечений, досугов физкультурно-оздоровительной направленности, распределение ролей; - обсуждение и подбор музыкального сопровождения для организации двигательной деятельности.	-Разработка индивидуальных маршрутов здоровья дошкольников (рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии; одаренными детьми); - мониторинг физического развития и подготовленности детей. - работа по предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности, т.е. рациональное чередование нагрузки (оптимальное составление сетки занятий), соблюдению режима дня и двигательного режима.	- Разработка индивидуального образовательного маршрута дошкольника; - обсуждение результатов мониторинга, для постановки дальнейших задач по физ. развитию; -внедрение и адаптация здоровьесберегающих технологий; - организация и проведение спортивных праздников, развлечений, интегрированных досугов; - создание условий для реализации задач ОО «Физическое развитие» (РППС); - планирование и организация мероприятий с родителями физкультурно-оздоровительной	- Составление программы психолого-педагогического сопровождения (физ. развитие); - анализ результатов мониторинга; разработка индивидуально-ориентированного маршрута психологического сопровождения ребенка и его семьи на основе полученных данных; - организация психопрофилактических мероприятий с целью предупреждения психоэмоционального напряжения.



Таким образом, создается модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом

План работы с педагогами детского сада

Дата проведения	Тема	Форма проведения		Взаимодействия с специалистами детского сада
		<i>малоопытные педагоги</i>	<i>Педагоги первой и высшей категории</i>	
Сентябрь	«Организация двигательной деятельности с учетом индивидуально-дифференцированного подхода»	Консультация	Круглый стол	Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Октябрь	«Организация доступной предметно-развивающей среды в разных возрастных группах в целях освоения детьми способов двигательной деятельности»	Семинар	Семинар-практикум	Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
	«Формирование у дошкольников здорового образа жизни»	Педсовет № 2 деловая игра	Педсовет № 2 деловая игра	ИФК
Ноябрь	«Организация проектной деятельности по физическому воспитанию»	Консультация	Мастер-класс	ИФК Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Декабрь	Снежные постройки на групповых участках.	Смотр-конкурс	Смотр-конкурс	Эстет
				ИФК

	«Воспитание основ здорового образа жизни у дошкольников»			Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Январь	«Формы работы с семьей по формированию здорового образа жизни у дошкольников»	Мультимедийная консультация	Круглый стол	Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Февраль	Изготовление пособий и игр на развитие основы здорового образа жизни посредством двигательной деятельности дошкольников	Практикум	Фото-выставка	Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Март	«Двигательные игры и упражнения на развитие основ здорового образа жизни»	Мастер – класс	Мастер – класс	Муз. рук. Педагог раз.обуч Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Апрель	«Формирование основы здорового образа жизни посредством двигательной деятельности дошкольников»	Конференция	Конференция	Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Май	«Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня»	Тренинг		Психолог Творческая группа «Здоровое поколение» 1 раз в месяц
Июнь	«Организация и проведение подвижных игр летом»	Консультация	Буклет - памятка	Муз.рук.
Июль	«Влияние здоровья педагога на формирование у дошкольников зож»	Педагогическая дискуссия	Педагогическая дискуссия	Психолог

Август	«ОО Физическое развитие: содержание, планирование, модель двигательной деятельности»	Консультация		Педагог раз.обуч
--------	--	--------------	--	------------------

2.7.
Оп

писание образовательной деятельности по коррекции нарушений развития детей
На момент написания программы детей с нарушением развития нет.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Режим дня. Закаливание. Циклограмма деятельности специалиста.

Режим дня

	Ранний возраст/ I мл. группа <i>1,5 -2г / 2 – 3 года</i>	II младшая группа <i>3 – 4 года</i>	Средняя группа <i>4 – 5 лет</i>	Старшая группа <i>5 – 6 лет</i>	Подготов. группа <i>6 – 7 лет</i>
Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	6.30 – 8.15	6.30 – 8.20	6.30 – 8.20	6.30 – 8.25	6.30 – 8.25
Утренняя зарядка	-	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям	8.15 – 9.00	8.20 – 9.00. (8.50)	8.20 – 9.00. (8.50)	8.25 – 9.00.	8.25 – 8.50
Образовательная деятельность (занятия)*	9.00–9.10/ 9.20 – 9.30	9.00-9.15 9.25-9.40 10.00-10.15	9.00-9.20 9.30-9.50 11.50-12.15	9.00-9.25 9.35-10.00 10.20-10.45	8.50-9.20 9.30-10.00 10.20-10.50
Активное бодрствование детей	9.30-9.45	-	-	-	-
Второй завтрак.	9.45-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20
Подгот. к прогулке, прогулка, культурные практики, возвращение с прогулки	10.00 -11.30	10.15 – 11.45	10.30 - 12.00	10.45– 12.15	10.50 – 12.30
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к обеду	11.30-12.00	11.45-12.15	12.00-12.30	12.10-.12.30	12.20-.12.30
Обед	12.00-.12.30	12.15-12.45	12.30-12.50	12.30-13.00	12.30-.13.00

Подготовка ко сну, дневной сон Постепенный подъем, гимнастика- побудка, закаливающие мероприятия	12.10 – 15.30	12.45 – 15.00	12.50 – 15.30	13.00-15.30	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.40	-	-	-	-
Игры, самостоятельная деятельность (занятия по подгруппам)	15.40 – 16.35 (15.40-15.50) (16.00-16.10)	15.30 – 16.10	15.30 – 16.15	15.30 – 15.50 16.00-16.20	15.30-15.55 16.05-16.30
Подг. к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деятельность Ужин	16.35-17.00	16.10-16.30.	16.15-16.35	16.20-16.40	16.30-16.50
Игры и самостоятельная деятельность	-	16.30-17.00	16.35-17.00	16.40-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоя- тельная деятельность детей. Уход домой	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30

Составляющими образовательно-оздоровительной деятельности являются:

- рациональная организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями,
- организация оптимального двигательного режима в течение дня,
- организация сбалансированного питания воспитанников,
- формирование ценности здорового образа жизни,
- систематическое проведение профилактических и оздоровительных мероприятий.

Двигательный режим в детском саду включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, и предусматривает рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов двигательной деятельности, подобранной с учётом возрастных и индивидуальных возможностей.

Основное место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительной деятельности. К ней относятся: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки в непосредственно образовательной деятельности.

Рациональный двигательный режим и закаливающие мероприятия в детском саду осуществляются с **учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.**

Модель двигательного режима детей в детском саду

№	Компоненты	Особенности организации
Физкультурно - оздоровительная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно (с мая по октябрь) на воздухе. Длительность 10-15 мин.
1.2	Оздоровительный бег	Ежедневно во время утренней гимнастики. Длительность 5-10 мин.

1.3	Физкультминутка	Ежедневно, в образовательной деятельности, во взаимосвязи с темой, длительность 2-3 мин.
1.4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно во время прогулки. Воспитатель проводит игры, с интенсивной двигательной активностью, игры средней подвижности и игры малой подвижности.
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки.
1.6	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами и самомассажем	Ежедневно, по мере пробуждения и подъёма детей. Длительность 10-20 мин.
1.7	Пробежка по массажным дорожкам	Как часть гимнастики после дневного сна, в сочетании с воздушными ваннами, каждый день по 5 мин.
Непосредственно образовательная деятельность		
2.1	По физической культуре	Три раза в неделю. Третье - на воздухе (старший дошкольный возраст) в конце прогулки.
Дополнительные (платные) виды деятельности		
3.1	Спортивные секции	По желанию родителей. 1-2 р в неделю, подгруппами не более 10-12 человек. Длительность 15-30 мин (в зависимости от возраста).
Самостоятельная деятельность		
4.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
Совместная физкультурно - оздоровительная работа с семьями воспитанников		
5.1	Участие родителей в физкультурно – оздоровительных, массовых мероприятиях д/с.	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, прогулок - походов, посещения открытых занятий во время дня открытых дверей для родителей.

Модель оздоровительного режима

Оздоровительные мероприятия	Особенности организации
------------------------------------	--------------------------------

Прием детей на воздухе	С мая по октябрь
Воздушно-температурный режим:	Ежедневно
- в группе	+18...+20 С
- в спальне	+16...+18 С
Сквозное проветривание	не менее 10мин., каждые 1,5 часа до +14...+16 С
Одежда детей в группе	Облегченная
воздушные и водные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5-10 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, не менее 2 раз в день

Коллективом д/с разработаны Методические рекомендации по организации и проведению закаливающих мероприятий в детском саду

В детском саду «Чижик» используются виды и методы закаливающих мероприятий, которые абсолютно безвредны для детей, а в семье комплекс закаливающих процедур может быть дополнен. Закаливающие мероприятия (таблица) меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки. Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года на основе рекомендаций врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

При организации закаливания соблюдаются следующие *требования*:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;
- создание позитивного эмоционального настроения;
- проведение закаливающего воздействия на фоне теплового комфорта ребенка;
- использование в комплексе природных факторов и закаливающих процедур;
- соблюдение постепенности в увеличении силы воздействия различных факторов и непрерывности мероприятий закаливания;
- воздействие природных факторов должно быть направлено на разные участки тела: различаться и чередоваться как по силе, так и длительности.

Перечень закаливающих мероприятий

№ п/п	Виды закаливающих мероприятий	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
-------	-------------------------------	------------------	------------------	----------------	----------------	-------------------------

Основные виды закаливания						
1.1.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе		Сентябрь-октябрь	Сентябрь-октябрь	+	+
1.2.	Одностороннее проветривание	+	+	+	+	+
1.3.	Обеспечение температурного режима помещений	+	+	+	+	+
1.4.	Прогулки на свежем воздухе	+	+	+	+	+
1.5.	Сквозное проветривание	+	+	+	+	+
1.6.	Игры с водой	+	+	+	+	+
1.7.	Обрызгивание тела из брызгалок (летом)				+	+
1.8.	Солнечные ванны	+	+	+	+	+
1.9.	Физкультурные занятия на свежем воздухе				+	+
1.10.	Облегченная одежда на физкультурных занятиях	+	+	+	+	+
1.11.	Сон без маек	Со второй половины учебного года	+	+	+	+
1.12.	Физические упражнения после дневного сна	II квартал	+	+	+	+
Специальные (интенсивные) методики закаливания						
2.1.	Ходьба по мокрой траве (летом)	+	+	+	+	+
2.2.	Обширное умывание прохладной водой	Руки и лицо водой комнатной температуры	Руки до локтя, лицо, шея	+	+	+

2.3.	Купание в открытом бассейне (летом)		+	+	+	+
------	-------------------------------------	--	---	---	---	---

Циклограмма рабочего дня
инструктора по физической культуре Золотова И.Н. на 2023-2024 учебный год ДС №137 «Чижик»
АНО ДО «Планета детства «Лада»

№	Содержание работы	понедельник	гр	вторник	гр	среда	гр	четверг	гр	пятница	гр
1	Утренняя гимнастика	7.53-8.00 8.00-8.06 8.07-8.14 8.14-8.22 8.22-8.29		7.53-8.00 8.00-8.06 8.07-8.14 8.14-8.22 8.22-8.29		7.53-8.00 8.00-8.06 8.07-8.14 8.14-8.22 8.22-8.29		7.53-8.00 8.00-8.06 8.07-8.14 8.14-8.22 8.22-8.29		7.53-8.00 8.00-8.06 8.07-8.14 8.14-8.22 8.22-8.29	
2	Взаимодействие с родителями и социумом	8.29-9.00		8.29-9.00		8.29-9.00		8.29-9.00		8.29-9.00	
3	занятия	9.00-9.15 9.25-9.40 9.45-10.00 11.20-11.40 11.40-12.00 12.00-12.30		9.00-9.15 9.35-10.00 10.20-10.50 11.40-12.00		9.25-9.40 10.20-10.50 11.50-12.15		9.00-9.20 9.30-9.45 11.20-11.40		9.25-9.50 11.15-11.35 11.50-12.15	
4	Индивидуальная работа	10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.20		10.50-11.15 11.15-11.40 12.00-12.30		9.40-10.00 10.50-11.20		9.45-10.30 10.30-11.20		9.00-9.25 10.40-11.15	
5	Повышение проф. компетентности			13.30-14.15				13.00-13.30			
6	Взаимодействие с восп. и уз. спец.	13.00-13.30 13.30-13.50 (мед.служба)		13.00-13.30		13.00-14.15 (уз. спец)		13.30-14.15		13.00-13.30	
7	Оформление док. Оснащение педпроцесса					9.00-9.25		12.00-13.30		13.30-14.15	
8	Создание условий	9.15-9.25 9.40-9.45 13.50-14.15		9.15-9.35 10.00-10.20		10.00-10.20 11.20-11.50 12.15-12.30		9.20-9.30 11.40-12.00		11.35-11.50 12.15-12.30	

9.	Время работы	7.45-14.15		7.45-14.15		7.45-14.15		7.45-14.15		7.45-14.15
10.	Время обеда	12.30-13.00		12.30-13.00		12.30-13.00		12.30-13.00		12.30-13.00

3.2. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, 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 — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность); • художественной деятельности;
- физического развития.

Периодичность проведения оценки педагогической диагностики:

- в группах дошкольного возраста (два раза в год, сентябрь, май, при необходимости промежуточная диагностика),
- в группах раннего возраста (два раза в год, при поступлении в детский сад, май, при необходимости промежуточная диагностика),
- в группах младенческого возраста (два раза в год, при поступлении в детский сад, май, при необходимости промежуточная диагностика).

Это позволяет оценить динамику развития каждого ребенка, что важно для анализа эффективности созданных психолого-педагогических условий, образовательного процесса.

Для проведения индивидуальной педагогической диагностики на разных этапах освоения программы используются следующие диагностические пособия:

Отслеживание развития ребенка – дошкольника в образовательном процессе Короткова Н.А., Нежнов П.Г.

Карты развития детей от 0 до 3 лет. Мишняева Е. Ю. Вдохновение

Карты развития детей от 3 до 7 лет. Мишняева Е. Ю. Вдохновение

Методическое пособие для воспитателей, методистов, руководящих работников образовательных организаций.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

2) оптимизации работы с группой детей.

Основная задача диагностики – получение информации об индивидуальных особенностях развития ребенка. На основании этой информации разрабатываются рекомендации для воспитателей и родителей (законных представителей) по организации образовательной деятельности, планированию индивидуальной образовательной деятельности. Педагогическая диагностика проводится в начале и в конце учебного года. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и др.), специальных диагностических ситуаций. При необходимости используются специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях. Педагог может установить соответствие общих планируемых результатов с результатами достижений ребенка в каждой образовательной области.

В процессе наблюдения педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребенка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребенка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребенка в деятельности и взаимодействии.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения является карта развития ребенка. Педагог может составить ее самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребенка, критерии их оценки. Фиксация данных наблюдения позволят педагогу отследить, выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, которые позволяют выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и др.

Анализ продуктов детской деятельности может осуществляться на основе изучения материалов портфолио ребенка (рисунков, работ по аппликации, фотографий работ по лепке, постройкам, поделкам и др.). Полученные в процессе анализа качественные характеристики существенно дополняют результаты наблюдения за продуктивной деятельностью детей (изобразительной, конструктивной, музыкальной и др.).

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует предметно-развивающую среду, мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

Средствами психологической диагностики определяется квалификация состояния ребёнка и определение основных направлений, форм и сроков коррекционно-развивающего процесса с участием соответствующих специалистов.

С целью выявления и ранней диагностики отклонений в развитии и /или/состояний декомпенсации детей; выбора дифференцированных педагогических условий, необходимых для коррекции недостатков развития и для организации коррекционно-развивающего процесса в детском саду создается ППк (психолого-медико-педагогический консилиум).

Одной из функций деятельности консилиума является разработка и реализация программы индивидуальной коррекционной работы с ребёнком, имеющего индивидуальные особенности в развитии на основе обследования и динамического наблюдения (проводимых с письменного согласия родителей (законных представителей) и по запросу родителей или педагогических работников).

Для проведения индивидуальной педагогической диагностики на разных этапах освоения программы по физическому развитию используются следующие диагностические пособия:

Карты развития детей от 3 до 7 лет. Мишняева Е. Ю. Вдохновение

Педагогическая диагностика проводится с периодичностью: в группах дошкольного возраста (два раза в год, сентябрь, май, при необходимости промежуточная диагностика)

Ф Физическое развитие																
Ф1.1. Координирует движения рук и ног (хлопает в ладоши, притопывает, марширует)																
Ф1.2. Удерживает равновесие, стоя на одной ноге не менее 15 секунд																

Ф1.3. Может пойти строго по линии, не нарушая ее																			
Ф1.4. Может пройти по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие																			
Ф1.5. Может пройти по прямой линии спиной вперед, не менее 4-6 шагов																			
Ф1.6. Может уверенно стоять на одной ноге																			
Ф1.7. Полностью контролирует свои движения																			
Ф1.8. Точно выполняет заданные движения во время зарядки																			
Ф1.9. Бегаёт свободно, сохраняя равновесие																			
Ф1.10. Лазает по спортивной лестнице в верх и вниз																			
Ф1.11. Прыгает, отталкиваясь двумя ногами с продвижением вперед																			
Ф1.12. Пролезает через гимнастический обруч																			
Ф1.13. Перепрыгивает через препятствия высотой более 10 сантиметров																			
Ф1.14. Прыгает через скакалку																			
Ф1.15. Прыгает на одной ноге не менее 10 прыжков																			
Ф1.16. Прыгает в длину (до 1 метра)																			
Ф1.17. Выполняет прыжки на месте, и с продвижением вперед на одной из двух ног, в длину, с разбега, в высоту																			
Ф1.18. Бросает и ловит мяч двумя руками																			
Ф1.19. Бросает мяч одной рукой																			

Ф1.20. Отбивает мяч о землю																		
Ф1.21. Ловит маленький мяч																		
Ф1.22. Катается на трехколесном велосипеде																		
Ф1.23. Самостоятельно катается на санках и с горки																		
Ф1.24. Катается на лыжах																		
Ф1.25. Катается на коньках \ роликах																		
Ф1.26. Катается на двухколесном велосипеде \ самокате																		
Ф1.27. Может плавать без поддержки																		
Ф1.28. Знает элементы спортивных игр и участвует в них																		

3.3. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Материально-техническое обеспечение Программы соответствует санитарным нормам, правилам пожарной безопасности, санитарно-гигиеническим правилам, возрастным и индивидуальным особенностям детей.

Укомплектованность учебно-методическим комплексом:

- нормативные документы («Конвенция ООН о правах ребенка»; Закон «Об образовании в Российской Федерации»; Конституция РФ; «Конвенция дошкольного образования»);
- наличие учебно-методической литературы по физической культуре, спорту;
- наличие различных программ, технологий;
- наличие диагностик физического развития дошкольников;
- наличие учебных планов;
- наличие опыта работы (наличие комплексов утренней гимнастики; наличие конспектов занятий, развлечений; наличие сценариев спортивных праздников)
- схемы, таблицы основных движений;
- наличие консультаций и рекомендации для воспитателей и родителей.

Методические материалы:

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.).

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Автор	Название	Издательство	год изд.
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве/ пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 3-4 лет	М. "Просвещение"	2009
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве/ пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4-5 лет	М. "Просвещение"	2009
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве/ пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 5-6 лет	М. "Просвещение"	2009
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве/ пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 7-го года жизни	М. "Просвещение"	2009

Средства обучения

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

**Перечень оборудования
для игр и ОД по физической культуре на открытом воздухе**

для детей дошкольного возраста в соответствии с требованиями ООП

№ п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во (шт)
1	Башня для влезания	Нижнее основание - длина 2000 мм Верхнее основание - длина 1000 мм Высота корпуса башни - 1500 - 2500 мм	2
2	Бум разновысокий (из 3 брусков)	Длина бруса - 2000 мм Ширина рабочей поверхности 100-150 мм 150, 250, 300 мм	1
3	Ворота для подлезания	Ширина створа - 500 мм Высота - 500 - 600 мм	5
4	Заборчик с вертикальными перекладинами	Длина - 2500 - 3000 мм перекладины 30 - 35 мм	2
5	Качели подвесные		2
6	Качели - доска	Длина доски 2000 - 2500 мм поверхностью земли - 350 - 400 мм	2
7	Пеньки	Диаметр - 120, 150, 200 мм Высота - 150, 250, 300 мм	10-12
8	Перекладина низкая	Высота - 1000 - 800 мм	1
9	Перекладина средняя	Высота - 1200 - 1000 мм	1
10	Перекладина высокая	Высота - 1500 мм	1
11	Рукоходы	Длина - 2000 - 2500 мм Ширина - 400 - 500 мм Диаметр перекладин - 25 - 30 мм Расстояние между перекладин. - 250 - 300мм поверхностью земли - 1500 - 1800 мм	2
12	Стенка гимнастическая	Высота - 1800 - 2300 мм перекладин - 27 - 30 мм	4-5 секций
13	Стенка сплошная для лазания	Высота - 2300 мм Длина - 1500 - 1800 мм	1

14	Стойки для натягивания сеток, веревки	Высота - 2000 мм	1
15	Устройство для подвески спортивных снарядов, качелей	Длина перекладин - 3500 мм Высота над поверхностью площадки -3000 мм	1
16	Фишки, конусы для разметки площадки		4-6
17	Щит-мишень (навесной) Щит баскетбольный	Длина - 1000 мм Ширина - 1000 мм	2 2

Перечень оборудования для физкультурных зала

№ п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во (шт)
1	Батут детский	Диаметр - 1000 - 1200 мм	2
2	Балансиры разного типа		2
3	Беговая дорожка (детский тренажер)		2
4	Бревно гимнастическое напольное	Длина - 2400 мм Ширина верхней поверхности - 100мм Высота – 150 мм	1-2
5	Велотренажер детский		2
6	Гантели детские	Вес - 250 г, 500 г	20
7	Гиря полая детская	Вес - 500 г	4
8	Диск "Здоровье" детский		10
9	Диск плоский	Диаметр - 230 мм Высота - 30 мм	12
10	Доска гладкая с зацепами	Длина - 2500 мм Ширина - 200 мм Высота - 30	2
11	Доска с ребристой поверхностью	Длина - 1500 мм Ширина - 200 мм Высота - 30 мм	2
12	Дорожка-балансир (лестница)	Длина - 2350 мм	1

	веревочная напольная)	Ширина - 330 мм Диаметр реек - 5 - 6 мм	
13	Дорожка-змейка (канат)	Длина - 2000 мм Диаметр - 60 мм	2
14	Дорожка-мат	Длина - 1800 мм	1
15	Дуга большая	Высота - 500 мм Ширина - 500 мм	3
16	Дуга малая	Высота - 300 мм Ширина - 500 мм	2
17	Канат гладкий	Длина - 2700 - 3000 мм	2
18	Канат с узлами	Длина - 2300 мм Диаметр - 26 мм Расстояние между узлами - 380мм	1
19	Качалка-мостик	Длина - 2000 мм Ширина - 400 мм Высота - 630 мм Диаметр реек - 26 мм Расстояние между рейками - 50 - 60 мм	1
20	Кегли (набор)		2
21	Кольцеброс (набор)		2
22	Кольцо плоское	Диаметр - 180 мм	10
23	Кольцо мягкое	Диаметр - 130 мм	10
24	Контейнер для хранения мячей передвижной		1
25	Куб деревянный малый	Ребро - 200 мм	10
26	Куб деревянный большой	Ребро - 400 мм	4
27	Лабиринт игровой (6 секций)		1
28	Лента короткая	Длина - 500 - 600 мм	40
29	Лента длинная	Длина - 1150 - 1200 мм	20
30	Лестница веревочная	Длина - 2700 - 3000 мм Ширина - 400 мм Диаметр перекладин - 30 мм	2
31	Лестница деревянная с зацепами	Длина - 2400 мм Ширина - 400 мм Диаметр перекладины - 30 мм Расстояние между перекладины - 220 - 250 мм	1
32	Массажеры разные: - "Колибри", - мяч - массажер		4-6 20

33	Мат большой	Длина - 2000 мм Ширина - 1380 мм Высота - 70 мм	1
34	Мат малый	Длина - 1000 мм Ширина - 1000 мм Высота - 70 мм	2
35	Мат гимнастический складывающийся	Длина - 2000 мм Ширина - 1000 мм Высота - 70 мм	1
36	Мат с разметками	Длина - 1900 мм Ширина - 1380 мм Высота - 100 мм	2
37	Мешочек с грузом малый	Масса - 150 - 200 г	20
38	Мешочек с грузом большой	Масса - 400 г	20
39	Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)		3
40	Мишень навесная	Длина - 600 мм Ширина - 600 мм Толщина - 15 мм	2
41	Мячи большие	Диаметр 200	10
42	Мячи средние	Диаметр - 100 - 120 мм	20
43	Мячи малые	Диаметр - 60 - 80 мм	20
44	Мячи для мини-баскетбола	Диаметр - 180 - 200 мм	4
45	Мячи утяжеленные (надувные)	Масса - 0,5 кг - 1,0 кг	20 10
46	Обруч малый	Диаметр - 550 - 600 мм	20
47	Обруч большой	Диаметр - 1000 мм	4-6
48	Обруч плоский	Диаметр - 320 мм - 450 мм - 550 мм	12 12 12
49	Палка гимнастическая короткая	Длина - 750 мм	20
50	Палка гимнастическая длинная	Длина - 2500 - 3000 мм	4
51	Ролик гимнастический		12
52	Скакалка короткая	Длина - 1200 - 1500 мм	20

53	Скакалка длинная	Длина - 3000 мм	2
54	Скамейка	Длина - 3000 мм Ширина - 240 мм Высота - 300 мм	6
55	Стенка гимнастическая деревянная	Высота - 2700 мм Ширина пролета - 800 мм Диаметр рейки - 30 мм Расстояние между рейками -220 мм	4 - 6 пролетов
56	Стойки переносные для прыжков	Высота - 1300 мм Диаметр - 25 - 30 мм Диаметр основания - 240 мм	1 компл.
57	Уголок передвижной с набором мелких пособий		1
58	Фишки, конусы для разметки игрового поля, площадки		6
59	Шары-мячи фибропластиковые	Диаметр - 350 - 400 мм - 200 - 250 мм - 100 - 125 мм - 60 - 80 мм	10 20 20 20
60	Шары-мячи прозрачные с наполнителями	Диаметр - 500 - 550 мм	4
61	Шест гимнастический	Высота - 2700 - 3000 мм Диаметр - 40 мм	2
62	Шнур короткий плетеный длинный	Длина - 750 мм - 15000 - 20000 мм	20 2
63	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Длина - 590 мм Ширина - 450 мм Внутренний диаметр корзины -450 мм Длина сетки – 200-400 мм	2
64	Эспандер детский		10

Физкультурное оборудование во второй младшей группе

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Количество на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Валик мягкий укороченный	Длина 30 см. Диаметр 30см	2
	Коврики, дорожки массажные, со следочками Для профилактики плоскостопия		2
	Кольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр отверстия 60 см	1
	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Мяч- попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, Бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	5
	Шар цветной (фибропластиковый)	Диаметр 20-25 смсм	2
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
Для ползания и лазания	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр 5-6 см	1
	Лабиринт игровой (трансформер)		1
Для общеразвивающих упражнений	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	10
	Мяч резиновый	Диаметр 20-25 см	10
	Обруч плоский	Диаметр 40 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Лента цветная короткая	Длина 50 см	10
	Кольцо резиновое	Диаметр 5-6.	10
	Флажок		10

Материалы для игры с правилами

Тип	Наименование	Количество на группу
-----	--------------	----------------------

материала		
Для игр на ловкость	Шар и воротца	2
	Желоб для прокатывания шаров и тележек	1
	Мячи (разного размера)	7
	Кегли набор	1
	Настольные игры « Поймай рыбку» « Прокати шарик через воротца» « Загони шарик в лунку»	1 1 1

Физкультурное оборудование в средней группе

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Количество на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврики, дорожки массажные, со следочками Для профилактики плоскостопия	Длина 75 см Ширина 70 см	2
	Шнур длинный	Длина 150 см Диаметр 2 см	1
Для прыжков	Мяч- попрыгунчик	Диаметр 50 см	3
	Обруч плоский	Диаметр 50 см	3
	Скакалка короткая	Длина 120 -150 см	3
	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
Для катания, Бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс(набор)		2
	Шар цветной (фибропластиковый)	Диаметр 20-25 смсм	4
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		1

Для ползания и лазания	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Мяч – шар (цветной, прозрачный)	Диаметр 10-12 см	5
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Кольцо резиновое	Диаметр 5-6.	10
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	10
	Шнур короткий	Длина 75 см	10

Материалы для игры с правилами

Тип материала	Наименование	Количество на группу
Для игр на ловкость	Настольная игра « Поймай рыбку»	1
	Настольный бильярд, средний (« Закати шарик в лунку»)	1
	Настольный кегельбан	1
	Кегли набор	1
	Кольцеброс напольный	1
	Мячи разного размера	7

Физкультурное оборудование в старшей и подготовительной группах

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Количество на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврики, дорожки массажные, со следочками Для профилактики плоскостопия		2
	Шнур короткий плетенный	Длина 75см	3
	Балансир		1
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5

Для катания, Бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс(набор)		2
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
	Мяч-массажер	Диаметр 12-15 см	2
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
Для ползания и лазания	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Гантели детские		10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10

Материалы для игры с правилами

Тип материала	Наименование	Количество на группу
	Настольный бильярд, средний (« Закаати шарик в лунку»)	1
	Настольный кегельбан	1
	Кегли набор	1
	Кольцеброс настольный	1
	Мячи разного размера	7
	Летающие колпачки	1
	Настольный футбол или хоккей	1
	Детский бильярд	1
	Бирюльки набор	2
	Блошки набор	2
	Кольцеброс настольный	1
	Серсо	1
	Мишень с дротиками	1
	Коврик с разметкой для игры в « классики»	1

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Образовательный процесс в детском саду строится по комплексно-тематическому принципу планирования. В основу организации образовательных содержаний ставится тема. При выборе и разработке комплексно-тематического планирования педагогический коллектив д/с учитывает различные темообразующие факторы:

- Первый фактор - реальные события, происходящие в окружающем мире и вызывающие интерес детей (яркие природные явления и общественные события, праздники).
- Второй фактор - воображаемые события, описываемые в художественном произведении, которое воспитатель читает детям.
- Третий фактор - события, специально «смоделированные» воспитателем (исходя из развивающих задач). Это внесение в группу предметов, ранее неизвестных детям, с необычным эффектом или назначением, вызывающих неподдельный интерес и исследовательскую активность («Что это такое? Что с этим делать? Как это действует?»).
- Четвертый фактор - события, происходящие в жизни возрастной группы, «заражающие» детей и приводящие к удерживающимся какое-то время интересам, корни которых лежат, как правило, в средствах массовой коммуникации и игрушечной индустрии (например, увлечение динозаврами, и т. п.).

Все эти факторы, используются для гибкого проектирования целостного образовательного процесса.

Проектирование воспитательно-образовательного процесса осуществляется в табличных формах, где содержательно описываются способы реализации комплексно-тематического принципа построения воспитательно-образовательного процесса, который предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы». В качестве видов тем могут выступать: «организующие моменты», «тематические недели», «события», «сезонные явления в природе», «праздники», «традиции», интересы детей и др. Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет ДОО. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Календарь праздников

(для детей II младшей, средней, старшей, подготовительной к школе групп)

В течение учебного года в детском саду планируются мероприятия в соответствии с комплексно-тематическим планированием, с календарными праздниками российского и международного значения. В соответствии с этим в детском саду используется перспективное планирование «Календарь праздников»

Название праздника (события)	Рекомендуемое время проведения праздника (события)	Форма проведения	Ответственный за проведение	Форма участия ИФК
День знаний	1 сентября	- «До свидания лето» -	Музыкальный	Ведущий флешмоб

		тематический вечер; - «Ириска идет в школу» - развлечение; - познавательная беседа; - рассматривание иллюстраций; - рассматривание школьных фотографий родителей.	руководитель Воспитатели групп	
День воспитателя и всех дошкольных работников	4-я неделя сентября	- выставка рисунков («Моя любимая воспитательница», «Мой любимый детский сад», и т. д.); - концерт для сотрудников д/с. - «Наши воспитатели» физкультурный досуг	Воспитатели групп Музыкальный руководитель Инструктор по ФИЗО	Подготовка детей Составление сценария Ведущий
Всемирный день животных	2-я неделя октября	- выставка рисунков (фотографий); домашних животных; - викторина «В мире животных».	Воспитатели групп	
Праздник урожая	4-я неделя октября	- «Осень в гости к нам пришла» музыкальный праздник; - « Уж небо осенью дышало... » Эколого-музыкально-спортивная викторина.	Музыкальный руководитель Инструктор по ФИЗО Воспитатель развивающего обучения	Ведущий
День народного единства	1-я неделя ноября	- «Страна, в которой я живу» тематический вечер; - спортивное развлечение; - выставка рисунков, поделок, посвящённых (национальному костюму, природе России и т. п).	Воспитатели Инструктор по ФИЗО	Организатор-ведущий
Синичкин день	12 ноября	- конкурс рисунков, поделок; - акция «Покормите птиц зимой» (изготовление кормушек)	Воспитатели групп	

День матери	4-я неделя ноября	- конкурс чтецов «Милой мамочке моей это поздравленья...»; - выставки рисунков («Моя мама»).	Воспитатели групп Воспитатель развивающего обучения	
Новый год	3 – 4-я неделя декабря	- украшение групп ; - Мастерская Деда Мороза; - новогодний утренник.	Музыкальный руководитель Воспитатели групп	Участник конкурса Герой утренников
День заповедников и национальных парков	1 – я неделя января	- развлечение «Будем беречь и охранять природу»	Воспитатели групп	
Всемирный день «Спасибо»	11 января	- развлечение «Скажем друг другу «спасибо».	Воспитатели групп	
В мире книжной графики	4 – ая неделя января	- выставка иллюстраций к книгам; - беседа о художниках иллюстраторах книг для детей.	Воспитатели групп	
День защитника Отечества	4-я неделя февраля	- «Праздник пап» музыкально - театрализованнный досуг; - спортивный праздник «Семейные старты» (с участием пап); -изобразительная деятельность(танк, пушка, другая военная техника).	Музыкальный руководитель Инструктор по ФИЗО Воспитатели групп	Организатор-ведущий
Международный женский день	1-я неделя марта	-утренник, посвящённый Международному женскому дню; -выставка поделок, изготовленных совместно с мамами; - выставка рисунков («Моя мама», «Моя бабушка»).	Музыкальный руководитель	
Международный день театра	4-я неделя марта	- выставка декораций (атрибутов) к театрализованному представлению; -музыкально- театрализованное представление «Концерт»; - сюжетно – ролевая игра «Театр».		

Международный день детской книги	4-я неделя марта	- выставка книг, изготовленных руками детей (с помощью воспитателей, родителей); - экскурсия в библиотеку д\сада.	Воспитатели групп	
Всемирный день здоровья	1-я неделя апреля	- спортивный праздник (развлечение); - день подвижных игр	Инструктор по ФИЗО Воспитатели групп	Ведущий - организатор
Международный день птиц	1-я неделя апреля	- выставка «Птицы мира», «Птицы России» (лепка, рисование, аппликация); -развлечение «Птичьего голоса».	Воспитатели групп	
День космонавтики	12 апреля	- просмотр видеофильма (о космосе, космических явлениях и др.); - сюжетно-ролевая игра «Космонавты», «Космический корабль»; - конструирование ракеты.	Воспитатели групп	
Международный день Земли	3 -я неделя апреля	- экспериментирование; -путешествие по экологической тропе; -дидактическая игра (викторина) «Наш дом – Земля».	Воспитатели групп	
Праздник весны и труда	4-я неделя апреля	- «трудоу десант» (уборка территории); -природоохранная (экологическая) акция; -«Весна красна» музыкальное развлечение; -беседа о профессиях.	Музыкальный руководитель Воспитатели групп	
День Победы	1-я неделя мая	- конкурс чтецов «Никто не забыт, ничто не забыто» - спортивный праздник «Мы – будущее России»; - тематические выставки; - познавательные беседы; - встреча с ветеранами.	Воспитатели групп Инструктор по ФИЗО	Ведущий
Международный день семьи	2-я неделя мая	- спортивные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья»; -выставка семейных фотографий; -фотоконкурс «Как мы играем дома»; - посадка цветов на участке д/с, группы (с родителями).	ИФК Воспитатели групп	Ведущий

День музеев	3-я неделя мая	- посещение краеведческого музея с родителями; - развлечение «В гостях у старинных вещей».	Воспитатели групп	
Международный день защиты детей	1 июня	- беседа о правах детей в нашей стране; - ярмарка; -развлечение «Лето, ах, лето!».	Музыкальный руководитель Воспитатели групп	Ведущий - флешмоб
Пушкинский день России	1-я неделя июня	- конкурс чтецов - выставка рисунков «Сказки Пушкина»; -музыкально-театрализованное представление «Лукоморье».	Воспитатель развивающего обучения Музыкальный руководитель Воспитатели групп	
День России	12 июня. 3-я неделя июня	- выставка рисунков, поделок, посвящённых (национальному костюму, природе России и т. п); - спортивный праздник.	Воспитатели групп ИФК	Организатор-ведущий
Международный день друзей	4-я неделя июня	- конкурс рисунков на асфальте «Дружат дети на планете»; - составление фотоальбома группы «Наши дружные ребята»; - досуг «Дружба верная...» (по мотивам художественных и музыкальных произведений).	Воспитатели групп Музыкальный руководитель	
День российской почты	2 - 3-я неделя июля	-сюжетно-ролевая игра «Почта»; -оформление писем- рисунков родителям, друзьям.	Воспитатели групп	
День физкультурника	1-я неделя августа	- спортивные развлечения, соревнования, игры, конкурсы.	ИФК Воспитатели групп	Организатор Ведущий, Составление сценария. Подготовка детей
День строителя	2-я неделя августа	- сюжетно - ролевая игра с элементами конструирования «Строители»; - встреча с интересными людьми; -рассматривание иллюстраций.	Воспитатели групп	
Краски лета	3-я неделя августа	-развлечение с использованием нетрадиционных способов рисования.	Воспитатели групп	

Прощание с летом	4-я неделя августа	-развлечение «Цветик - семицветик»; -оформить фото - выставку «Остановись мгновение»;- чтение стихов о лете; - пословицы и поговорки о лете.	Музыкальный руководитель Воспитатели групп	Участник
------------------	--------------------	--	---	----------

3.5. Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды.

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

Развивающая предметно-пространственная среда *обеспечивает:*

- реализацию основной общеобразовательной программы ДС;
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- учет возрастных особенностей детей и построена на следующих *принципах:*
 - насыщенность;
 - трансформируемость;
 - полифункциональность;
 - вариативность;
 - доступность;
 - безопасность.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами;
- 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.

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

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей. **Доступность** среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

-исправность и сохранность материалов и оборудования.

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

Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса.

ДОО располагает всем необходимым оборудованием, методическими и дидактическими пособиями для реализации поставленных задач. Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в дошкольном учреждении созданы определенные условия. В групповых выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями в том числе и изготовленные своими руками. Оборудованы спортивные и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. Всё это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Для полноценного *физического развития*, охраны и укрепления здоровья детей в наличии: спортплощадка с современным спортивным инвентарем, групповые участки с физкультурным инвентарём, в помещении — спортивный зал (включающий оборудование для ходьбы, бега, прыжков, катания, бросания, лазанья, общеразвивающих упражнений), кабинет для медицинского осмотра, изолятор, физкультурные центры в группах.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности. Все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов и имеет документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и национальными стандартами. Спортивное оборудование закреплено проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря. Оснащение спортивного зала эстетически привлекательно, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с нормами СанПиН и могут быть подвержены влажной уборке и дезинфекции, рабочий инвентарь ежедневно промываются проточной водой с мылом. В спортивном зале созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия. Предметно-пространственная среда зала обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых.

Трансформируемость предметно-пространственной среды спортивного зала подразумевает возможность её изменения в зависимости от образовательной ситуации. Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения ОД. Во время проведения образовательной деятельности дети могут легко

пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые располагаются на открытых полках и стеллажах находящихся в свободном доступе детей разных возрастных групп. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации, и поставленной задачи.

Все пособия спортивного зала полифункциональны и пригодны для использования в разных видах детской активности. Спортивно – игровые пособия, спортивное оборудование, а также спортивный инвентарь периодически меняется, появляются новые спортивные пособия и предметы, стимулирующие игровую, двигательную и исследовательскую активность детей. В зависимости от времени года или проектной деятельности в спортивном зале меняются наглядные и дидактические пособия, а так же игровой материал. Таким образом, развивающая среда является вариативной.

Средства обучения и воспитания			
Направление развития	Центр детской активности	Основное назначение	Оснащение развивающей предметно – пространственной среды материалами и средствами обучения
Физическое развитие	Двигательный центр в группах	Расширение индивидуального двигательного опыта самостоятельной деятельности	Разноцветные флажки, ленточки, султанчики, легкие поролоновые шарики для метания вдаль, мячи большие и теннисные, разноцветные шары для прокатывания, мешочки песком для равновесия, кегли, гантели детские, обручи, скакалки, дидактические игры, схемы, алгоритмы, массажные коврики, дорожки здоровья.
	Спортивный зал	Проведение физкультурных занятий, досугов, мероприятий с целью сохранения и укрепления здоровья воспитанников, развития физических качеств, освоения и закрепления основных видов движений.	Шведская стенка, гимнастический набор: обручи, палки, канат для перетягивания, коврики массажные, ленты короткие, маты: гимнастический складной, мячи, баскетбольные, футбольные, набивные, резиновые, разных размеров, теннисные, обручи, конусы, кегли, ракетки теннисные, для бадминтона, воланчики, скакалки, гантели, флажки, скамейки гимнастические, баскетбольное кольцо, ворота малые.
	Спортивная площадка	Это компонент участка детского сада (развивающей	Спорткомплекс МАФ, дорожка здоровья, прыжковая яма, спортивное поле со спец

		<p>физкультурно-игровой среды дошкольного учреждения), предназначенный для проведения с детьми утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, спортивных праздников и развлечений, выполняет функцию спортзала на свежем воздухе.</p>	покрытием.
--	--	---	------------

3.6. Используемые Программы, методические пособия.

Образовательная область «Физическое развитие»

1. Синкевич Е.А. «Физкультура для малышей» -СПб.: ДЕТСТВО -ПРЕСС, 1999.
2. Сивачева «Физкультура-это радость!»- СПб.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2002.
3. Дергунская В.А. «Диагностика культуры здоровья дошкольников»- М.: Педагогическое общество России, 2005.
4. Фирилева Ж.Е. «Са-фи-дансе» -СПб.: ДЕТСТВО -ПРЕСС, 2006.
5. Яковлев Т.С. «Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду» - М.: Школьная пресса, 2006.
6. Сигимова М.Н. «Формирование представлений о себе у старших дошкольников» - Волгоград: Учитель, 2009.
7. Крылова Н.И. «Здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения» -Волгоград: Учитель, 2009.
8. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей» 3-7 лет.- М., Мозаика-Синтез, 2009.
9. Бочкарева О.И. «Система работы по формированию здорового образа жизни. Подготовительная группа» - Волгоград: Учитель, 2010.
10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Средняя группа. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2009.
11. Сидорова Т.Б. «Познавательные физкультурные занятия» - Волгоград: Учитель, 2011.
12. Подольская Е.И. «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» - Волгоград: Учитель, 2011.
13. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическая культура» - СПб.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2012.
14. Мелехина Н.А. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ» - СПб.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2012 .
15. Сучкова И.М. «Развернутое планирование в ДОУ по программе «Детство» - СПб.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2012.
16. Подольская Е.И. «Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия» - Волгоград: Учитель, 2012.
17. Мартынова Е.А. «Планирование работы по освоению ОО физическая культура детьми 2-7 лет» - Волгоград:Учитель, 2013.

18. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе» - Волгоград: Учитель, 2013.
Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.- 80 с

