

ПРИНЯТА:

На Педагогическом совете д/с
от «06» августа 2024 г.
протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий д/с _____ /И.Г. Цыганкова
Распоряжение
от «28» августа 2024 г. Заведующий
д/с № 140
И.Г. Цыганкова
№ 97

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре
на 2024-2025 уч. год
разработана на основе ОП ДО детского сада №115 «Салют»
АНО ДО «Планета детства «Лада»

Составитель программы:
Зам. зав. по ВМР Сердобольская Н.З.

Тольятти, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

<u>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.</u>	
1.1. Пояснительная записка:	3
Цели и задачи реализации образовательной Программы	3
Принципы и подходы к реализации Программы	6
Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста	8
Планируемые результаты освоения Программы	10
<u>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</u>	11
<u>2.1. Обязательная часть</u>	11
2.1.1. Описание образовательной деятельности по физическому развитию	11
Пути интеграции различных образовательных областей	12
Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	38
Способы и направления поддержки детской инициативы в двигательной деятельности	39
Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	40
2.1.2. Планирование деятельности по ОО «Физическое развитие»	43
2.1.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	54
2.1.4. Взаимодействие с педагогическим коллективом	54
2.1.5. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей	55
2.1.6. Рабочая программа воспитания	56
<u>2.2. Часть формируемая участниками образовательных отношений</u>	56
2.2.1. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность	56
2.2.2. Парциальные образовательные программы, соответствующие потребностям и интересам детей	56
<u>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.</u>	68
3.1. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
3.2. Циклограмма деятельности специалиста	68
3.3. Режим дня	69
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	71
3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	72

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ.

1.1.1. Пояснительная записка

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физическому развитию (далее Программа) является составным компонентом Образовательной программы детского сада № 115 «Салют», характеризует систему организации образовательной деятельности педагогов, определяет ценностно-целевые ориентиры, образовательную модель и содержание образования для детей всех возрастных групп.

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей от 4 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – физическое развитие.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования;
- Семейный кодекс РФ от 08.12.1995 №223 (доп. И изм.)
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 №124-ФЗ
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г.
- Образовательная программа детского сада.

а) Цели и задачи реализации Программы

Цели Программы детского сада №115 «Салют» соответствуют [п.14.1 ФОП ДО](#), задачи [п.14.2 ФОП ДО](#), базируется на принципах и подходах п.1.2 ФГОС ДО.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
<p>Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре.</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, подвижных игр.</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.</p>	<p>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>Требуется добавить: освоение новых элементов спортивных игр и совершенствование сформированных умений и навыков в предыдущих возрастных периодах.</p>
<p>Развивать психофизические качества, – ориентировку в пространстве, – координацию, – равновесие, – способность быстро реагировать на сигнал.</p>	<p>Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), – ориентировку в пространстве – развивать координацию, – меткость,</p>	<p>Развивать психофизические качества, – ориентировку в пространстве, – равновесие, – координацию, – мелкую моторику, – точность и меткость.</p>	<p>Развивать психофизические качества (точность, меткость, глазомер, мелкая моторика), – ориентировку в пространстве, – самоконтроль, – самостоятельность, – творчество.</p>

	<p>Воспитывать</p> <ul style="list-style-type: none"> – волевые качества, самостоятельность, – стремление соблюдать правила в подвижных играх, – проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений. 	<p>Воспитывать</p> <ul style="list-style-type: none"> – самоконтроль и самостоятельность, – проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, – соблюдать правила в подвижной игре, – взаимодействовать в команде. 	<p>Поощрять</p> <ul style="list-style-type: none"> – соблюдение правил в подвижной игре, – проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, – партнерское взаимодействие в команде.
		<p>Воспитывать</p> <ul style="list-style-type: none"> – патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, – формах активного отдыха. 	<p>Воспитывать</p> <ul style="list-style-type: none"> – патриотизм, – нравственно-волевые качества и – гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха.
<p>Формировать интерес и положительное отношение к</p> <ul style="list-style-type: none"> – занятиям физической культурой и – активному отдыху, – воспитывать самостоятельность. 	<p>Продолжать формировать интерес и положительное отношение к</p> <ul style="list-style-type: none"> – физической культуре и – активному отдыху, – формировать первичные представления об отдельных видах спорта. 	<p>Продолжать развивать интерес к</p> <ul style="list-style-type: none"> – физической культуре, – формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов. 	<p>Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности,</p> <ul style="list-style-type: none"> – поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, – расширять представления о разных видах спорта.
<p>Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания,</p> <ul style="list-style-type: none"> – создавать условия для формирования правильной осанки, – способствовать усвоению 	<p>Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат,</p> <ul style="list-style-type: none"> – формировать правильную осанку, – повышать иммунитет средствами физического 	<p>Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат,</p> <ul style="list-style-type: none"> – формировать правильную осанку, – повышать иммунитет средствами физического воспитания. 	<p>Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания,</p>

правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	воспитания.		
Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни	Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности	Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха.	Расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий.
		Воспитывать бережное 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.	Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Принципы и подходы к формированию Программы

Федеральная программа построена на следующих **принципах**, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при

котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников¹ (далее вместе – взрослые);

4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество детского сада с семьей;

7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы.

Программа:

– сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;

– определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;

– обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;

– сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объем, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

¹ Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательств Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598).

в) Характеристики особенностей развития дошкольного возраста

Возрастные характеристики детей 4-х – 5-ти лет

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в *движении*. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Возрастные характеристики детей 5-ти-6ти лет

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами *движений*. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет.

В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

Возрастные характеристики детей 6-ти-7-ми лет

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног.

Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Характеристика состояния здоровья детей

С целью проектирования образовательного процесса, обеспечивающего подбор наиболее эффективных к имеющимся условиям средств, форм, методов, приемов реализации ОП ДО ДС и рабочей программы в детском саду осуществляется ежегодное изучение состояния здоровья воспитанников. Данные показателей состояния здоровья воспитанников групп № 81, 91, 92, 01 на момент написания Программы даны в таблицах.

показатели	4-5 года				5-6 лет				6-7 лет			
	<u>I</u>	<u>II</u>	<u>III</u>	<u>IV</u>	<u>I</u>	<u>II</u>	<u>III</u>	<u>IV</u>	<u>I</u>	<u>II</u>	<u>III</u>	<u>IV</u>
<u>Распределение по группам здоровья (чел.)</u>	11	10	1		16	17	1		12	5	1	
<u>Пропуск по болезни 1 реб. (дней)</u>	-				-				-			
<u>Количество детей-инвалидов (чел.)</u>	-				-				-			
<u>заболевания органов дыхания</u>	-				-				-			
<u>заболевания сердечно-сосудистой системы</u>	-				-				-			
<u>заболевания пищеварительной системы</u>	-				-				-			

1.2. Планируемые результаты освоения Программы (дошкольное детство)

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребенок проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Образовательная работа реализации по данному направлению ОО «Физическое развитие» реализуется на основе следующих частных принципов:

- **принцип цикличности** обеспечивается усложнением и расширением содержания программы от возраста к возрасту.
- **принцип всестороннего развития** предполагает кроме решения непосредственных задач данной образовательной области решать задачи воспитания и общего развития детей.
- **принцип сотворчества, сотрудничества** предусматривает взаимопомощь со стороны взрослых и детей при решении задач программы.
- **принцип систематичности и последовательности** проявляется в постепенном усложнении упражнений и используемых методов и приемов.
- **принцип сознательности** обеспечивается методами и приемами, формирующими у ребенка умение сознательно контролировать собственное исполнительство, определять его достоинства и недостатки.
- **Принцип доступности и индивидуализации** предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение посильных для него заданий.
- **принцип наглядности** предполагает использование безукоризненного практического показа педагогом, использование наглядных средств.
- **принцип заинтересованности детей** обеспечивается подбором песенного репертуара сообразно интересам детей, применением методов и приемов, направленных на повышение мотивации детей к занятиям, развитие их познавательной активности и повышающих интерес к освоению задач программы.

**Направленность содержания образовательной области
физическое развитие
на развитие приоритетных в данной области видов детской деятельности.**

Образовательная область	Приоритетные виды детской деятельности
физическое развитие	Двигательная Игровая Познавательно-исследовательская

Пути интеграции образовательной области «Физическое развитие».

По задачам и содержанию психолого-педагогической работы	По средствам (формам) организации и оптимизации образовательного процесса
виды интеграции области «Физическое развитие»	
<p>«<i>Познавательное развитие</i>» (формирование познавательной мотивации, становление сознания; формирование первичных представлений о себе, других людях)</p> <p>«<i>Социально-коммуникативное развитие</i>» (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>«<i>Речевое развитие</i>» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека)</p> <p>«<i>Художественно-эстетическое развитие</i>» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей)</p>	<p>«<i>Художественно-эстетическое развитие</i>» (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>«<i>Речевое развитие</i>» (использование произведений художественной литературы для обогащения и закрепления содержания области)</p> <p>«<i>Социально-коммуникативное развитие</i>» (накопление опыта здоровьесберегающего поведения, освоение культуры здорового труда)</p>

Особенности образовательной деятельности по физическому развитию

Содержание образовательной деятельности.

3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 - 7
<p>Педагог формирует умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организованно выполнять строевые упражнения, – находить свое место при совместных построениях, передвижениях. 	<p>Педагог формирует и закрепляет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – двигательные умения и навыки, – развивает психофизические качества при: <ul style="list-style-type: none"> – выполнении упражнений основной гимнастики, – а также при проведении подвижных и спортивных игр. 	<p>Педагог формирует, закрепляет и совершенствует:</p> <ul style="list-style-type: none"> – двигательные умения и навыки, – развивает психофизические качества, – обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, – поддерживает детскую инициативу. 	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования и закрепления</p> <ul style="list-style-type: none"> – основных движений, – развития психофизических качеств и способностей, – общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, – спортивных упражнений, – освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.
<p>Педагог формирует умение организованно выполнять по показу</p> <ul style="list-style-type: none"> – общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения; – создает условия для активной двигательной деятельности и – положительного эмоционального состояния детей. 	<p>Помогает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – точно принимать исходное положение, – показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, – укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, <p>Педагог воспитывает/ формирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение слышать и выполнять указания, – умение ориентироваться на словесную инструкцию; <p>Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений</p>	<p>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</p> <ul style="list-style-type: none"> – следовать инструкции, – слышать и выполнять указания, – соблюдать дисциплину, – осуществлять
<p>1. Педагог воспитывает/ формирует</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение слушать и следить за показом, – умение выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем, для всех темпе. 		<p>Закрепляет умение осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> – самоконтроль за соблюдением техники выполнения упражнений; – самоконтроль – оценку качества выполнения упражнений другими детьми; 	

самоконтроль
 – давать оценку качества выполнения упражнений.

<p>Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.</p>	<p>Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p>	<p>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>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в – самостоятельной деятельности; – на занятиях гимнастикой; – самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры; – общеразвивающие упражнения; – комбинировать их элементы, импровизировать.</p>
<p>Педагог продумывает и организует активный отдых</p>	<p>Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм,</p>	<p>Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги. с соответствующей тематикой</p>	<p>Поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху,</p>
<p>Приобщает детей к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности,</p>	<p>Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности</p>	<p>Способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	

Приобщает детей к здоровому образу жизни.	Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.	Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни.	Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях
Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.	Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.		
Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.			

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

Основные виды движения

Бросание, катание, ловля, метание

3-4	4-5	5-6	6-7
<p>– катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; <i>-прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю*</i></p> <p>подбрасывание мяча вверх и ловля его;</p>	<p>– прокатывание мяча между* линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающими кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;</p> <p>– подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;</p>	<p>– прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); – прокатывание набивного мяча;</p> <p>подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд;</p>	<p>– катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; - прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей <i>- Прокатывание мяча между предметами;*</i> <i>- прокатывание набивного мяча; **</i> <i>-подбрасывание мяча вверх и ловля его в прыжке**</i></p>

– бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах <i>бросание мяча вверх и о землю и ловля его*</i>	– бросание и ловля мяча в паре; – бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; – бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; – бросание вдаль отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;	- бросание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы: бросать вдаль предметы разного веса; -сидя бросать двумя руками из-за головы набивной мяч;** отбивание мяча об пол на месте 10раз	-бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую;
<i>бросание мяча воспитателю и ловля его обратно*</i>	передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;	перебрасывание мяча из одной руки в другую;	
- перебрасывание мяча, стоя парами лицом друг другу;**	перебрасывание мяча друг другу в кругу;	– перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;	– перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча;
перебрасывание мяча через сетку;	перебрасывание мяча через сетку;	– перебрасывание мяча через сетку	– - перебрасывание мяча через сетку
произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога	- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; - прокатывание обруча друг другу в парах;	ведение мяча 5 - 6 м; - прокатывание обруча, бег за ним и ловля;	ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; -ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому); - совершенствование навыков владения обручем*
– бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; – бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль;	-попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.	-метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); -забрасывание его в баскетбольную корзину.	– метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; – метание вдаль, – метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину;

Ползание, лазанье

	3-4	4-5	5-6	6-7
	<p>ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);</p> <p>ползание по гимнастической скамейке за катящимся мячом</p> <p>проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м)</p> <p>ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске;</p> <p>влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее;</p>	<p>ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями</p> <p>ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками</p> <p>проползание в обручи, под дуги</p> <p>ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони</p> <p>влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;</p>	<p>-ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени);</p> <p>-ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями</p> <p>ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад;</p> <p>на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами;</p> <p>проползание под скамейкой;</p> <p>-ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени;</p> <p>ползание на четвереньках по скамейке назад;</p> <p>лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.</p>	<p>влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным</p> <p>перелезание с пролета на пролет по диагонали;</p> <p>пролезание в обруч разными способами;</p>
	<p>-подлезание под дугу, не касаясь руками пола;</p>	<p>переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,</p> <p>-подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.</p>	<p>-переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле;</p> <p>-лазанье по веревочной лестнице;</p> <p>выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками);</p>	<p>влезание по канату на доступную высоту</p>
Ходьба				
	3-4	4-5	5-6	6-7
	<p>ходьба в заданном направлении</p> <p>– небольшими группами,</p>	<p>ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения</p>	<p>ходьба обычным шагом, в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.</p>	<p>ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед;</p>

<ul style="list-style-type: none"> - друг за другом, - парами друг за другом 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу); - ходить, обходя предметы, врассыпную, "змейкой"; - ходьба с поворотом и сменой направления); - ходьба на носках; <ul style="list-style-type: none"> - ходьба, высоко поднимая колени - ходьба, перешагивая предметы 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; - ходьба в противоположную сторону; - ходьба со сменой ведущего 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы - ходьба 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; 	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; -ходьба в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба в разных направлениях; -ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше) 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой" - ходьба в сторону, назад, на месте; - ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной). 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", без ориентиров. 		
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по наклонной доске - ходьба в чередовании с бегом; 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по наклонной доске с выполнением заданий - ходьба в чередовании с бегом, прыжками; - ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу 	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по наклонной доске с выполнением заданий 		

Бег	3-4	4-5	5-6	6-7
<ul style="list-style-type: none"> -бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; - бег по кругу, в парах; - бег по кругу, держась за руки 	<ul style="list-style-type: none"> -бег группами и по одному за направляющим, высоко поднимая колени; - бег на месте; - бег в парах; - бег по кругу, держась за руки; 	<ul style="list-style-type: none"> - бег, оббегая предметы 	<ul style="list-style-type: none"> -бег в колонне по одному "змейкой", бег с пролезанием в обруч; - бег, высоко поднимая колени; - бег группами, оббегая предметы; 	<ul style="list-style-type: none"> -бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками
<ul style="list-style-type: none"> - бег, оббегая предметы, 			<ul style="list-style-type: none"> -бег между расставленными 	<ul style="list-style-type: none"> -бег, перешагивая рейки и

между двух или вдоль одной линии;

- бег со сменой направления, с остановками;
- бег мелким шагом;
- бег на носках;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег убегание от ловящего, ловля убегающего;

- бег в течение 50 - 60 сек;
- быстрый бег 10 - 15 м;
- медленный бег 120 - 150 м

- перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;

- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп;
- бег мелким шагом;
- бег на носках;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег враспынную с ловлей и увертыванием.

- непрерывный бег 1 - 1,5 мин;
- медленный бег 150 - 200 м;
- бег на скорость 20 м;
- бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза;
- челночный бег 2x5

предметами;

- бег в заданном темпе;
- бег мелким шагом и широким шагом;
- бег на носках;
- бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;

- непрерывный бег 1,5 - 2 мин;
- медленный бег 250 - 300 м;
- быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза;
- бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м;
- пробегание на скорость 20 м;

- бег с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих;

- бег под вращающейся скакалкой;

*другие невысокие препятствия***

- бег с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок)
- бег мелким шагом и широким шагом;
- бег на носках;
- бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;
- медленный бег до 2 - 3 минут;
- быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами;
- бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- челночный бег 3x10 м;
- бег наперегонки;
- бег по пересеченной местности;
- бег 10 м с наименьшим числом шагов;

- бег со скакалкой;

Прыжки	3-4	4-5	5-6	6-7
<p>- прыжки на двух и на одной ноге;</p> <p>- прыжки на месте,</p> <p>прыжки, продвигаясь вперед на 2 - 3 м;</p> <p>-прыжки через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону);</p> <p>- прыжки через 2 линии (расстояние 25 - 30 см),</p> <p>- прыжки через 4 - 6</p>	<p>– прыжки на двух ногах на месте,</p> <p>– прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь;</p> <p>– прямой галоп;</p> <p>подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м;</p> <p>- прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см);</p> <p>- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;</p> <p>-прыжки в длину с места(не менее</p>	<p>– подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге;</p> <p>– подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной;</p> <p>– подпрыгивание с ноги на ногу,</p> <p>- прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м;</p> <p>- прыжки на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м;</p> <p>- прыжки, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок;</p> <p>- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;</p> <p>- перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик);</p> <p>- прыжки в длину с места (от 50 см и более, с учётом индивидуальных возможностей)</p>	<p>- бег в сочетании с прыжками;</p> <p>- бег, высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук</p> <p>- бег с захлестыванием голени назад;</p> <p>- бег, выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>- бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега);</p>	

параллельных линий (расстояние 15 - 20 см);

- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;

- прыжки в длину с места (не менее 40 см);

- спрыгивание (высота 10 - 15 см),

40-50 см.)

- спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см)

- спрыгивание с высоты (высота 20-25 см) в обозначенное место;

- впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами;

- прыжки в высоту с разбега;
- прыжки в длину с разбега.

- подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза;
- подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз;

- 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.

- впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага;

прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование
- подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой,

- 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

- прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой;

- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами;

- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой

Упражнения в равновесии			парами.
3-4	4-5	5-6	6-7
<p>- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом;</p> <p>- ходьба на носках, с остановкой.</p> <p>- ходьба с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);</p> <p>- ходьба по гимнастической скамье</p>	<p>ходьба по доске до конца и обратно с поворотом;</p> <p>ходьба по доске, (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);</p> <p>ходьба по гимнастической скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);</p>	<p>ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой;</p> <p>- стойка на гимнастической скамье на одной ноге;</p> <p>- поднятие на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье;</p> <p>- пробегание по скамье;</p>	<p>педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза;</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом;</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки;</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок скамейки прямо и боком;</p> <p>- ходьба по наклонной доске вверх и вниз;</p> <p>- стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе;</p>
<p>ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу</p> <p>ходьба по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом;</p> <p>- ходьба по ребристой доске;</p> <p>- ходьба по наклонной доске;</p>	<p>ходьба по шнуру с мешочком на ладони вытянутой вперед на ладони руки;**</p> <p>ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;</p>	<p>ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;</p> <p>ходьба по шнуру с песочным мешочком на голове***</p> <p>- ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой);</p> <p>- ходьба по наклонной доске</p>	<p>ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;</p> <p>ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони;</p>

<p>- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.</p>	<p>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; приседание после бега на носках, руки в стороны; - кружение парами, держась за руки; - "ласточка".</p>	<p>- пробегание по наклонной доске вверх и вниз</p> <p>- кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; -кружение после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки". - прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком; - подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя (прокатывая) перед собой набивной мяч; - стойка на носках</p>	
<p>Общеразвивающие упражнения</p>			
<p>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса</p>			
<p>3-4</p> <p>поднимание и опускание прямых рук вперед;</p> <p>основные положения и движения рук (в стороны, вперед, за спину, на пояс, перед грудью);</p>	<p>4-5</p> <p>- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);</p>	<p>5-6</p> <p>- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно)</p> <p>- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; - сгибание и разгибание рук; - круговые движения вперед и назад;</p>	<p>6-7</p> <p>- поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх</p>

отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);		поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь);	
перекладывание предмета из одной руки в другую		перекладывание предмета из одной руки в другую впереди /перед собой и сзади себя /за спиной	
хлопки над головой и перед собой;		хлопки впереди / перед собой и сзади себя / за спиной ;	
махи руками;	сгибание и разгибание рук, махи руками;	махи руками вперед-назад с хлопком	махи и рывки руками
упражнения для кистей рук	сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;	сжимание и разжимание кистей	сжимание пальцев в кулак и разжимание;
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;	выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;		

-повороты головы вправо и влево, наклоны головы *повороты головы вправо и влево, наклоны головы**

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

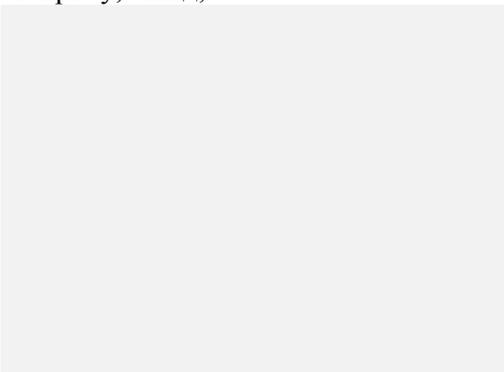
3-4	4-5	5-6	6-7
потягивание, приседание, обхватив руками колени	- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)**		
наклоны вперед и в стороны	- совершенствование полученных ранее навыков**		
	наклоны вперед, вправо, влево,	наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево	наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя
повороты со спины на живот и обратно	повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя		повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений
сгибание и разгибание ног из положения сидя		сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине	
поднимание и опускание ног из положения лежа	поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках	поднимание ног из исходного положения лежа на спине	поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине

Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:

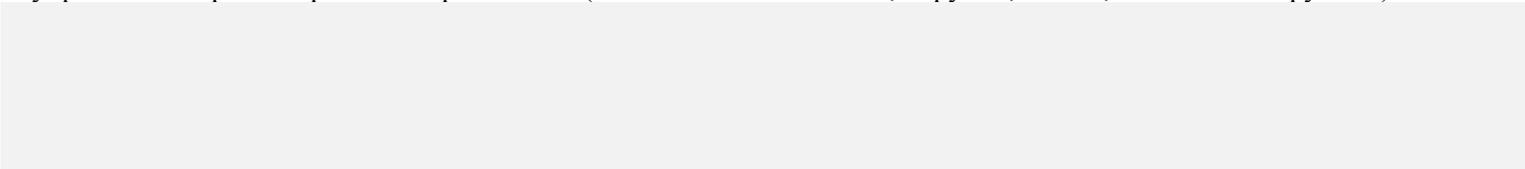
3-4	4-5	5-6	6-7
поднимание и опускание ног, согнутых в коленях		поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре	
- сгибание и разгибание ног;			
- отведение ноги вперед, в сторону, назад;			
- поднимание на носки и опускание на всю ступню;			

приседание с предметами,
поднимание на носки

выставление ноги вперед, в
сторону, назад;



- 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);
- упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)



приседания на всей стопе и на
носках с разведением коленей в
стороны;

выставление ноги на пятку
(носок);
махи ногами;

захватывание стопами и
перекладывание предметов с места на
место.

приседание, обхватывая колени
руками;

совершенствование ранее приобретённых навыков**

захватывание предметов ступнями и
пальцами ног и перекладывание их с
места на место

приседания у стены (затылок,
лопатки, ягодицы и пятки
касаются стены);

- махи ногами из положения
стоя, держась за опору, лежа
на боку, сидя, стоя на
четвереньках;
- выпады вперед и в сторону
- захватывание предметов
ступнями и пальцами ног,
перекладывание их с места на
место.
- подошвенное и тыльное
сгибание и разгибание стоп;

- упражнения с
разноименными движениями
рук и ног, с усложнением
исходных положений и
техники выполнения.

Ритмическая гимнастика

3-4	4-5	5-6	6-7
- разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры;	- разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.	- 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.	- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.

Рекомендуемые упражнения

3-4	4-5	5-6	6-7
ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держа за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; - поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение;	ритмичная ходьба и бег под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, - выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, - повороты, поочередное "выбрасывание" ног - прямым галопом, по кругу, держа за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя,	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);	- 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 в сторону, кружение,

<p>- имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее)</p>	<p>подскоки по одному и в парах под музыку; движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>
---	---	--	---

Строевые упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
<p>Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.</p>	<p>Построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную.</p>	<p>Построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.</p>	<p>Быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге.</p>
<p>Перестроение в колонну по два, в рассыпную.</p>	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении.</p>	<p>Перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.</p>	<p>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.</p>
<p>Смыкание и размыкание обычным шагом.</p>	<p>Размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них.</p>	<p>Размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны.</p>	<p>Размыкание и смыкание приставным шагом.</p>
<p>Повороты направо и налево переступанием.</p>	<p>Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p>	<p>Повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком.</p>	<p>Повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.</p>
Подвижные игры			
3-4	4-5	5-6	6-7

Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные 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.

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 продолжает
 – знакомить детей с подвижными играми,
 – 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.
 2. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей;
 3. Побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность.
 4. Поощряет творчество детей, желание детей

Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

Приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

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.

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

3-4

4-5

5-6

6-7

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, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур

Элементы баскетбола:

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:

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

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.

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.

Бадминтон:

отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

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.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее 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.

6. Спортивные упражнения

3-4	4-5	5-6	6-7
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.			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.

6.1. Катание на санках

3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.	подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.	по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки	игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

6.2. Ходьба на лыжах:

3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.	скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступаящим шагом" и "полуелочкой".	по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступаящим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.	скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "елочкой".

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:			
3-4	4-5	5-6	6-7
Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.	Катание на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью	Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.	Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.
6.4. Плавание			
3-4	4-5	5-6	6-7
Погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.	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.	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. Движения прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору. Скольжение на груди, плавание произвольным способом.	Погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз). Проплавание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10 - 15 м). Упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.
6.5. Катание на коньках:			
3-4	4-5	5-6	6-7

			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.
5. Формирование основ здорового образа жизни			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог <u>поддерживает стремление ребенка</u> самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;	<u>Способствует пониманию</u> детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья	<u>Продолжает воспитывать</u> заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).	<u>Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления</u> о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
<u>Формирует</u> первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья	<u>Уточняет представления</u> детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него	<u>Педагог продолжает уточнять и расширять представления</u> детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе).	<u>Приучает детей</u> 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.
<u>Напоминает</u> о необходимости соблюдения правил	<u>Напоминает</u> о правилах безопасного поведения в	<u>Уточняет и расширяет представления</u> о правилах	<u>Дает доступные по возрасту представления</u> о профилактике и

<p>безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила.</p>	<p>двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое).</p>	<p>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.</p>	<p>охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий.</p>
	<p><u>Формирует первичные представления</u> об отдельных видах спорта.</p>	<p><u>Формировать представления о разных видах спорта</u> (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</p>	<p><u>Расширять представления о разных видах спорта</u> (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов</p>
Активный отдых*			
Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников			
3-4	4-5	5-6	6-7
Досуг	Досуги и праздники		
<p>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.</p>			
Физкультурные досуги			

3-4	4-5	5-6	6-7
Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе			
<p>Продолжительность 20 - 25 минут.</p> <p>Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.</p>	<p>Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.</p>	<p>Продолжительность 30 - 40 минут.</p> <p>Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания</p>	<p>Продолжительность 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p>
Физкультурные праздники			
3-4	4-5	5-6	6-7
Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.			
	<p>Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей</p>	<p>Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p>	<p>Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p>
Дни здоровья			
3-4	4-5	5-6	6-7
День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал			
<p>В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДС (прогулка-экскурсия).</p>	<p>В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>	<p>В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p>	<p>В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.</p>
<i>Прогулки и экскурсии (простейший туризм)**</i>		Туристские прогулки и экскурсии	
		<p>Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с</p>	<p>Организируются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации</p>

	<p>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.</p> <p>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>санитарных стоянок.</p> <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.</p> <p>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,</p>
--	--	---

		<p>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>
--	--	---

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Культурная практика	Интегрированные виды деятельности	Содержание	Периодичность использования	Возраст детей
Детский досуг	Игровая Коммуникативная Музыкальная Восприятие художественной литературы и фольклора Двигательная	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.	1 раз в месяц	средняя группа старшая группа подготовительная группа
Совместная игра	Игровая Коммуникативная Музыкальная Восприятие художественной литературы и фольклора Двигательная	Деятельность воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) направлена на обогащение	1 раз в месяц	средняя группа старшая группа подготовительная группа

		содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.		
Туристический поход	Игровая Коммуникативная Познавательно-исследовательская Музыкальная Восприятие художественной литературы и фольклора Двигательная	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, разновозрастного взаимодействия детей	2 раза в сезон	средняя группа старшая группа подготовительная группа

Способы и направления поддержки детской инициативы в реализации ОО «Физическое развитие»

№	способы поддержки детской инициативы	возраст		
		4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1.	Динамические паузы.	+	+	+
2.	Подвижные и спортивные игры.	+	+	+
3.	Релаксация.	+	+	+
4.	Различные гимнастики.	+	+	+
5.	Самомассаж.		+	+
6.	Коммуникативные игры, игры-путешествия, викторины, олимпиады, маршрутные игры.		+	+
7.	Пиктограммы.		+	+
8.	Двигательные часы.		+	+
9.	Использование алгоритмов, моделей, макетов, маршрутных карт			+

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Рабочая образовательная программа по физическому развитию представляет собой единицу системы воспитательно - оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, образовательной деятельности по физическому развитию, подвижных игр, развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством инструктора по физической культуре.

В основе системы лежит комплексный подход, разработана методика, направленная на решение на одном занятии разных, но взаимосвязанных задач, охватывающих разные задачи физического развития.

Методика физического воспитания направлена на формирование физических качеств таких, как скорость, гибкость, выносливость, ловкость, сила с помощью основных видов движения.

Освоение Программы осуществляется на занятиях физкультурно-образовательной деятельности в каждом возрасте дифференцированно; Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.;
- в средней группе - 20 мин.;
- в старшей группе - 25 мин.;
- в подготовительной группе - 30 мин.

Два физкультурных занятия в неделю проводит инструктор по физической культуре.

На занятие с инструктором по физической культуре дети разучивают новые комплексы ОРУ без предметов и с предметами (кегли, флажки, мячи и д.р), а так же музыкально- ритмические движения, ОВД. Два раза в год совместно с воспитателем проводится мониторинг физической подготовленности, в течение двух недель.

Один раз в неделю для детей 4-7 лет проводит занятие по физическому развитию воспитатель, подвижные игры и занятие физической культуры проводится на свежем воздухе. Образовательная деятельность по физической культуре осуществляется в игровой форме. Основные виды движения направленные на совершенствование и закрепление приобретенных ранее двигательных навыков, а также изученных ранее комплексов ОРУ, подвижных игр, малоподвижных игр, дыхательных гимнастик. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям и требованием физкультурного зала.

В структуре организованной образовательной деятельности выделяются: вводная, основная, заключительная часть.

Вводная часть подготавливает организм ребенка к более интенсивной нагрузке. Используются упражнения в беге, ходьбе, различные не сложные задания с предметами, упражнения укрепляющие мышцы ног, стопы, формирующие правильную осанку. Основная часть направлена на решение главных задач занятия - обучение детей новым упражнениям, повторение и закреплением ранее пройденного материала, овладению жизненно важными двигательными навыками и умениями, воспитание физических качеств.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

В работе используются нетрадиционные подходы к построению и содержанию занятий, позволяющие постоянно поддерживать интерес к ним детей, индивидуализировать подход к каждому ребенку, разумно распределять нагрузки, учитывая уровень двигательной активности и полоролевой принцип подбора движений. Нетрадиционность в данном случае предполагает отличие от классической структуры занятия за счет использования новых способов организации детей, нестандартного оборудования, внесения некоторых изменений в традиционную форму построения занятия, оставив неизменным главное:

- на каждом занятии физической культурой должны реализовываться задачи обучения, воспитания и развития ребенка;
- обучение основным движениям должно осуществляться по трем этапам: обучение, закрепление, совершенствование;

Средний возраст (4-5 лет)

Вид детской деятельности	Формы организации	Способы, методы	Средства
Двигательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Физкультурные занятия; - Утренняя гимнастика; - Корректирующая гимнастика; - Физкультминутки; - Физкультурные упражнения на прогулке; - Спортивные игры, развлечения, досуги; - Дыхательные упражнения; - Опыты; - Сюжетно – ролевые и дидактические игры; - Инсценировки; - Игровые упражнения; - Игры – драматизации; - Дыхательные упражнения. 	<p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные); - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. <p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наглядно - зрительные приёмы (показ, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, 	<ul style="list-style-type: none"> - Двигательная активность; - Занятия физической культурой (удовлетворение потребности ребенка в движении и одновременно развивают его); - Солнце, воздух, вода (повышают функциональные возможности и работоспособность организма); - Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиена одежды, обуви, уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)

		т.д.), имитация, зрительные ориентиры); - Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя)	
--	--	---	--

Старший и подготовительный возраст (5-7 лет)

Вид детской деятельности	Формы организации	Способы, методы	Средства
Двигательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> -Физкультурные занятия; - Утренняя гимнастика; - Корректирующая гимнастика; - Физкультминутки; - Физкультурные упражнения на прогулке; - Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования и досуги; - Дыхательные упражнения; - Опыты, эксперименты; - Сюжетно – ролевые и дидактические игры; - Инсценировки; - Игровые упражнения; - Игры – драматизации; - Дыхательные упражнения. 	<p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме - метод круговой тренировки. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные); - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. <p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, 	<ul style="list-style-type: none"> -Двигательная активность, занятия физической культурой (удовлетворение потребности ребенка в движении и одновременно развивают его). - Солнце, воздух, вода (повышают функциональные возможности и работоспособность организма. - Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиена одежды, обуви, уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий).

		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).	
--	--	---	--

2.1.2. Планирование деятельности по ОО «Физическое развитие»

Тематическое планирование

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет легко вводить региональные и этнокультурные компоненты, учитывать специфику дошкольного учреждения.

Предлагаемое в Программе комплексно-тематическое планирование следует рассматривать как примерное. Дошкольное образовательное учреждение для введения регионального и культурного компонента, для учета особенностей своего дошкольного учреждения вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период.

Одной теме уделяется не менее одной недели. Оптимальный период — 1-2 недели. Тема отражена в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития.

Пятый год жизни. Средняя группа

Тема, сроки проведения	Цель
«Воспоминания о лете» (1 неделя, сентября)	Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при броске мяча.
«Вот и стали мы на год взрослей» (2 неделя сентября)	Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур.

« Вот она какая, осень золотая » (3 неделя сентября)	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир- кубик или кегля)развивать ловкость в упражнении с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнения на переползание по гимнастической скамейке.
« Детский сад » (4 неделя сентября)	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу педагога; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.
« Кто я? » (1 неделя октября)	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, упражнять в ходьбе по канату, упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафету с мячом
« Наши меньшие друзья-животные » (2 неделя октября)	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения ; прыжками через короткую скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.
« Все работы хороши » (3 неделя октября)	Упражнять в ходьбе и беге « змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.
« Подарки осени » (4 неделя октября)	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, развивать координацию движения и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.
« Мои любимые игрушки » (1 неделя ноября)	Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.
« Природа родного края » (2 неделя ноября)	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.
« Мой город » (3 неделя ноября)	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнение в ведении мяча. Упражнять в сохранении равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
« Неделя этикета » (4 неделя ноября)	Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие
« Мама, милая мама » (5 неделя ноября)	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, беге в рассыпную; в сохранении равновесии при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом.
« Здравствуй, зимушка - зима » (1 неделя декабря)	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом
« МЧС спешит на помощь »	

<i>(2 неделя декабря)</i>	
«Встречай праздник чудес» <i>(3 неделя декабря)</i>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.
«Зимние забавы» <i>(4 неделя декабря)</i>	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, беге в рассыпную; в сохранении равновесии при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом.
«Наша страна Россия» <i>(2 неделя января)</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по умеренной площади опоры; прыжки на двух ногах, через препятствия.
«В дружбе наша сила» <i>(3 неделя января)</i>	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину смета; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.
«Есть много профессий хороших и нужных» <i>(4 неделя января)</i>	Упражнять в ходьбе и беге с заданиями, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под дугу.
«Неделя добрых дел» <i>(1 неделя февраля)</i>	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закрепить навык энергичного отталкивания от пола при прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.
«В мире доброй сказки» <i>(2 неделя февраля)</i>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук. Разучить прыжки подскоком, Упражнять в перебрасывании мяча. Упражнять в подлезании через дугу.
«Защитники Отечества» <i>(3 неделя февраля)</i>	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге. Упражнять в метании мешочка, лзаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия.
«Прощай, зима. Весна пришла!» <i>(4 неделя февраля)</i>	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнение на равновесие и прыжки.
«В преддверии женского дня» <i>(1 неделя марта)</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительными заданиями. Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.
«Наш дом Земля» <i>(2 неделя марта)</i>	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег в рассыпную. Повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом.
«Волшебница-вода» <i>(3 неделя марта)</i>	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в метании мешочка на дальность. Повторить упражнение в ползании и сохранении равновесия по ходьба по повышенной опоре.

«Неделя театра» (4 неделя марта)	Повторить ходьбе и бег с выполнением задания, упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнение на равновесие и прыжках.
«Неделя птиц» (1 неделя апреля)	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге. Упражнять в метании мешочка, лазаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия.
«Книжкина неделя» (2 неделя апреля)	Повторить игровые упражнения в ходьбе и беге. Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом.
«С днем рождения, детский сад» (3 неделя апреля)	Повторить упражнения в ходьбе и беге. Упражнять детей в прыжках в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.
«Праздник весны и труда» (4 неделя апреля)	Упражнять детей в колонне по одному, в перестроении в пары; В метании мешочка на дальность, в ползании и равновесии.
«Праздник Победы» (1 неделя мая)	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания, упражнять в равновесии, в прыжка и мячом.
«Народные традиции и культура» (2 неделя мая)	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге. Бросание мяча о стенку
«Познай себя» (3 неделя мая)	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнение с мячом.
Ура! Скоро лето! (4 неделя мая)	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу, в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочка на дальность, в прыжках, в равновесии.

Шестой год жизни. Старшая группа

Тема, сроки проведения	Развёрнутое содержание работы
«Воспоминание о лете» (1 неделя сентября)	Упражнять в ходьбе на носках и беге по доске. Учить лазить по наклонной лестнице чередующимся шагом, подбрасывать и ловить мяч двумя руками. Развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре
«Вот и стали мы на год взрослей»	Учить бросать мяч вверх и мягко ловить двумя руками, с отскоком от пола. Упражнять в ходьбе на носках и беге по доске, прыгать через скакалку.

<i>(2 неделя сентября)</i>	Формировать правильную осанку, развивать ловкость рук. Воспитывать чувство товарищества в игре
«Прогулки по осеннему лесу» <i>(3 неделя сентября)</i>	Учить подпрыгивать с разбега, стараясь коснуться подвешенного предмета, отталкиваться двумя ногами и приземляться на две перепрыгивая через кирпичики.. Упражнять в мягкой ловле мяча после бросков о землю и вверх, Развивать силу мышц ног и ловкость рук. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Детский сад» <i>(4 неделя сентября)</i>	Учить ползать на животе (до 6 м). Упражнять в подпрыгивании с разбега, касаясь рукой подвешенного предмета, перепрыгивать через кирпичики двумя ногами толкаясь на две приземляясь. Развивать ловкость и координацию, силу мышц ног. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Родные люди» <i>(1 неделя октября)</i>	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с различным положением рук, в ползании на животе, в прыжках через скакалку. Формировать правильную осанку, развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Наши меньшие друзья-животные» <i>(2 неделя октября)</i>	Учить передавать мяч в колоннах вперед и назад прямыми руками. Упражнять в ходьбе и беге по гимнастической скамейке, вращать обруч на талии стоя на одном месте. Развивать ловкость и координацию, формировать правильную осанку. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Труд врача» <i>(3 неделя октября)</i>	Учить согласовывать движения рук и ног при прыжках в длину с места. Упражнять в передаче мяча в колонне назад и вперед прямыми руками, отбивать мяч об пол одной рукой соя на одном месте. Развивать силу мышц ног, ловкость рук. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Мульти-пульти-чудная страна» <i>(4 неделя октября)</i>	Учить лазить на четвереньках по доске, поставленной наклонно. Упражнять в согласованном движении рук и ног при прыжках в длину с места, отбивание мяча об пол в движении до стойки. Развивать силу мышц рук, прыгучесть. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Народы России» <i>(1 неделя ноября)</i>	Учить ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках, побрасывать и ловить мяч одной рукой стоя на месте. Формировать правильную осанку, развивать силу мышц рук. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Природа родного края» <i>(2 неделя ноября)</i>	Учить принимать исходное положение при бросках мяча на дальность. Упражнять в ходьбе по бревну приставным шагом, с хорошей осанкой, подбрасывать и ловить мяч левой рукой стоя на одном месте.

	<p>Развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Мой славный город» (3 неделя ноября)</p>	<p>Учить перепрыгивать через шнур в высоту с места, мягко приземляясь на две ноги. Упражнять в умении занимать исходное положение при бросках мяча на дальность, перебрасывать мяч с правой руки в левую, стоя на одном месте. Развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Неделя этикета» (4 неделя ноября)</p>	<p>Учить ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, опираясь на колени и кисти. Упражнять в мягком приземлении на две ноги при перепрыгивании через шнур с места, в перебрасывании мяча из правой руки в левую стоя на месте. Развивать ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Мама милая моя» (5 неделя ноября)</p>	<p>Учить ходить по доске с мешочком на голове; лазить по наклонной доске на четвереньках, опираясь на колени и кисти, перепрыгивать через кирпичики на 2-х ногах правым и левым боком. Развивать ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Здравствуй, зимушка – зима» (1 неделя декабря)</p>	<p>Программное содержание. Учить выполнять замах и бросок мяча на дальность. Упражнять в ходьбе по доске с мешочком на голове, с хорошей осанкой, в прыжках из обруча в обруч из стороны в сторону, на 2-х ногах. Формировать правильную осанку, развивать ловкость Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«МЧС спешит на помощь» (2 неделя декабря)</p>	<p>Учить перепрыгивать через шнур боком, упражнять в замахе и броске мяча на дальность, отбивать мяч стоя на месте поочередно работая руками. Развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Встречай праздник чудес» (3 неделя декабря) «Новогодние традиции» (4 неделя декабря)</p>	<p>Упражнять в быстрой ходьбе на четвереньках по гимнастической скамейке, в перепрыгивании через шнур боком, в отбивании мяча поочередно работая руками в ходьбе. Развивать ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Наша страна – Россия» (2 неделя января)</p>	<p>Учить ходить прямо и боком по скамейке с мешочком на голове. Упражнять в пролезании в обруч, не задевая его, отбивать мяч одной рукой стоя на месте. Формировать правильную осанку, развивать ловкость. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>

<p>«В дружбе наша сила» (3 неделя января)</p>	<p>Учить принимать правильное исходное положение и выполнять бросок при метании на дальность. Упражнять в ходьбе широким шагом по скамейке с мешочком на голове, в отбивании мяча одеой рукой стоя на месте. Развивать глазомер, ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Мир инструментов» (4 неделя января)</p>	<p>Учить впрыгивать в обруч и выпрыгивать из него. Упражнять в выполнении замаха и броска на дальность, прыгать через скакалку несколько раз подряд. Развивать ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Неделя добрых дел» (1 неделя февраля)</p>	<p>Упражнять в подлезание под веревочку правым и левым боком, ходить по наклонной доске, руки к плечам. Учить прыгать с куба вверх и мягко приземляться. Развивать ловкость и силы мышц ног. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Русский язык» (2 неделя февраля)</p>	<p>Учить детей ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Упражнять в подлезании под планку, подбрасывать мяч правой рукой а ловить двумя. Развивать ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Защитники отечества» (3 неделя февраля)</p>	<p>Упражнять замаху и броску в метании на дальность, в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, подбрасывать мяч одной рукой поочередно а ловить двумя. Развивать ловкость рук, и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Прощаемся с зимой» (4 неделя февраля)</p>	<p>Учить прыгать через шнур с небольшого разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляясь на две. Упражнять в замахе и броске мешочка на дальность, подбрасывать и ловить мяч одной рукой с отскоком от пола. Развивать ловкость ног, и рук. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«В преддверии праздника»(1неделя марта)</p>	<p>Учить влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее чередующимся шагом. Упражняться в прыжках в обруч и в выпрыгивании из него бее задержки, отбивать правой и левой рукой малый мяч стоя на одном месте. Развивать ловкость ног и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Наш дом Земля» (2 неделя марта)</p>	<p>Учить ходить по гимнастической скамейке с различным положением рук. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек чередующимся шагом, перепрыгивать через кирпичики правым</p>

	<p>и левым боком. Формировать правильную осанку, развивать координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Волшебница вода» <i>(3 неделя марта)</i></p>	<p>Упражнять в бросках мяча о землю и ловле двумя руками, в ходьбе по гимнастической скамейке с различным положением рук, прыжках на одной ноге из обруча в обруч. Развивать ловкость рук, формировать правильную осанку.</p>
<p>«Неделя театра» <i>(4 неделя марта)</i></p>	<p>Учить мягкому приземлению в прыжках с гимнастической скамейки. Упражнять в броске мяча о землю и мягкой ловле, вращать обруч на талии. Развивать ловкость ног и рук. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Неделя птиц» <i>(1 неделя апреля)</i></p>	<p>Учить лазить по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет. Упражнять в мягком приземлении при прыжках со скамейки, подбрасывать и ловить мяч двумя руками не прижимая к себе с отскоком от пола. Развивать ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Книжника неделя» <i>(2неделя апреля)</i></p>	<p>Учить быстро продвигаться по гимнастической скамейке приставным шагом. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки.</p>
<p>«С днем рождения детский сад» <i>(3апреля)</i></p>	<p>Учить прокатывать мяч друг другу. Упражнять в быстром продвижении боком по гимнастической скамейке. Развивать глазомер, ловкость и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Праздник весны и труда» <i>4неделя апреля</i></p>	<p>Учить согласовывать движение рук с отталкиванием при спрыгивании со скамейки. Упражнять в прокатывании мяча друг другу. Развивать силу мышц ног, глазомер, ловкость и координацию. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Праздник Победы» <i>(1 неделя мая)</i></p>	<p>Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет; в согласовании движений рук с отталкиванием при прыжках со скамейки. Развивать ловкость и координацию движения, силу мышц ног. Воспитывать чувство товарищества в игре.</p>
<p>«Познай себя» <i>(2 неделя мая)</i></p>	<p>Учить бегать по гимнастической скамейке. Упражнять в лазанье по гимнастической лестнице, перелезая с пролета на пролет. Развивать ловкость и координацию движения.</p>

	Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Народные традиции и культура» (3 неделя мая)	Учить бросать мяч вверх и мягко ловить двумя руками после отскока. Упражнять в беге по гимнастическим скамейкам. Развивать ловкость рук, координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.
«Ура! Скоро лето!» (4 неделя мая)	Учить спрыгивать с гимнастической скамейки, приземляясь подальше от нее. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками после отскока. Развивать ловкость рук, ног и координацию движения. Воспитывать чувство товарищества в игре.

Седьмой год жизни. Подготовительная к школе группа

Тема, сроки проведения	Развёрнутое содержание работы
«Воспоминание о лете» (1 неделя сентября)	Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при броске мяча.
«Вот и стали мы на год взрослей» (2 неделя сентября)	Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур.
«Прогулки по осеннему лесу» (3 неделя сентября)	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир- кубик или кегля) развивать ловкость в упражнении с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнения на переползание по гимнастической скамейке.
«Детский сад» (4 неделя сентября)	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу педагога; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.
«Родные люди» (1 неделя октября)	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, упражнять в ходьбе по канату, упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафету с мячом
«Наши меньшие друзья-животные» (2 неделя октября)	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжками через короткую скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.
«Труд врача» (3 неделя октября)	Упражнять в ходьбе и беге « змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.
«Мульти-пульти-чудная страна» (4 неделя октября)	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, развивать координацию движения и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.

«Народы России» (1 неделя ноября)	Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие мультфильмов. Обучать детей передавать в рисунке образ мультгероя, выделяя его характеристики и внешние признаки.
«Природа родного края» (2 неделя ноября)	Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.
«Мой славный город» (3 неделя ноября)	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.
«Неделя этикета» (4 неделя ноября)	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнение в ведении мяча. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры
«Мама милая моя» (5 неделя ноября)	Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие
«Здравствуй, зимушка – зима» (1 неделя декабря)	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, беге в рассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом.
«МЧС спешит на помощь» (2 неделя декабря)	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом
«Встречай праздник чудес» (3 неделя декабря)	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.
«Новогодние традиции» (4 неделя декабря)	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по - медвежьи» ; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.
«Наша страна – Россия» (2 неделя января)	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по умеренной площади опоры; прыжки на двух ногах, через препятствия.
«В дружбе наша сила» (3 неделя января)	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину смета; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.
«Мир инструментов» (4 неделя января)	Упражнять в ходьбе и беге с заданиями, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под дугу.
«Неделя добрых дел» (1 неделя февраля)	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закрепить навык энергичного отталкивания от пола при прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.
«Русский язык» (2 неделя февраля)	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук. Разучить прыжки подскоком, Упражнять в перебрасывании мяча.

	Упражнять в подлезании через дугу.
«Защитники отечества» (3 неделя февраля)	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге. Упражнять в метании мешочка, лзаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия.
«Прощаемся с зимой» (4 неделя февраля)	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнение на равновесие и прыжки.
«В преддверии праздника» (1неделя марта)	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной площади опоре с дополнительными заданиями. Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.
«Наш дом Земля» (2 неделя марта)	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег в рассыпную. Повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом.
«Волшебница вода» (3 неделя марта)	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в метании мешочка на дальность. Повторить упражнение в ползании и сохранении равновесия по ходьба по повышенной опоре.
«Неделя театра» (4 неделя марта)	Повторить ходьбе и бег с выполнением задания, упражнять в лзаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнение на равновесие и прыжках.
«Неделя птиц» (1 неделя апреля)	Повторить игровые упражнения в ходьбе и беге. Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом.
«Книжкина неделя» (2неделя апреля)	Повторить упражнения в ходьбе и беге. Упражнять детей в прыжках в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.
«С днем рождения детский сад» (3апреля)	Упражнять детей в колонне по одному, в перестроении в пары; В метании мешочка на дальность, в ползании и равновесии.
«Праздник весны и труда» (4неделя апреля)	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания, упражнять в равновесии, в прыжка и мячом.
«Праздник Победы» (1 неделя мая)	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге. Бросание мяча о стенку
«Познай себя» (2 неделя мая)	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнение с мячом.
«Народные традиции и культура» (3 неделя мая)	Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура»

«Ура! Скоро лето!» (4 неделя мая)	Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура»
--------------------------------------	--

2.1.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Одним из важных принципов технологии реализации программы «Детство» является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

- Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного, познавательного и художественного развития детей дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
- 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.
- Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.
- Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.
- Помочь родителям в обогащении сенсорного опыта ребенка, развитии его любознательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире.
- Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.

2.1.4. Взаимодействие с педагогическим коллективом

Музыкальный Руководитель	Медицинские работники	Воспитатели	Педагог - психолог
-Решение задач физического развития в музыкальных видах деятельности; - разработка сценариев, праздников, программ	-Разработка индивидуальных маршрутов здоровья дошкольников (рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими	- Разработка индивидуального образовательного маршрута дошкольника; - обсуждение результатов мониторинга, для постановки	-Составление программы психолого-педагогического сопровождения (физическое развитие); - анализ результатов

<p>развлечений, досугов распределение ролей; - обсуждение и подбор оформления для организации праздников, досугов</p>	<p>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.</p>	<p>дальнейших задач по физическому развитию; - организация и проведение праздников, развлечений, интегрированных досугов; - создание условий для реализации задач ОО «Физическое развитие»; - планирование и организация мероприятий с родителями спортивной и оздоровительной направленности.</p>	<p>мониторинга; разработка индивидуально-ориентированного маршрута психологического сопровождения ребенка и его семьи на основе полученных данных; - организация психопрофилактических мероприятий с целью предупреждения психоэмоционального напряжения.</p>
---	--	--	---

2.1.5. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей

На момент написания программы дети с ОВЗ детский сад не посещают.

2.2. Часть формируемая участниками образовательных отношений

2.2.1. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность по реализации образовательной области «Физическое развитие»

Климатические особенности:

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Самарская область – средняя полоса России: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т. д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т. д.

Основными чертами климата являются: холодная зима и сухое жаркое лето.

В режим дня всех возрастных групп ежедневно включены бодрящая гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, дыхательная гимнастика. В холодное время года удлиняется пребывание детей на открытом воздухе. В теплое время года – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе.

Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

- ❖ холодный период: учебный год (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и расписание непосредственно образовательной деятельности;
- ❖ летний период (июнь-август), для которого составляется другой режим дня.

Национально – культурные особенности:

Этнический состав воспитанников групп № 81,91,92,01 русские, татары, чуваша, мордва, но основной контингент – дети из русскоязычных семей.

Парциальные образовательные программы, соответствующие потребностям и интересам детей.

Вариативная часть образовательной Программы детского сада реализует содержание парциальных программ:

- **«Я – гражданин Самарской земли»** /Алекинова О.В.,Деринова Н.М., Каспарова О.В., Ромахова М.В. и др. Тольятти, 2021 (реализация регионального компонента).

Используемая литература

<p>Физическое развитие Активный отдых Туристическая деятельность</p> <p>Задачи ссыла на ФОП ДО Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)</p>	<p>Казина О. Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей (для занятий с детьми 2–5 лет). Казина О. Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей (5–7 лет). Конспекты занятий. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр в дороге, на прогулке. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для веселого дня рождения. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для отличной учебы. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для уверенности в себе. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр, когда за окном дождь. Сценарии игр. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 2–3 года. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 3–5 лет. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 5–7 лет Помораева И.А., Позина В.А. Формирование элементарных математических представлений: Вторая группа раннего возраста (2–3 года). Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к образовательной программе физического развития детей дошкольного возраста», автор Н. А. Фомина.</p>
---	--

2.6. Рабочая Программа Воспитания.**Цели и задачи воспитания**

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

- 1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и

правилах поведения;

- 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Общие задачи воспитания в детском саду «Салют»:

- 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- 4) осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Направления воспитания

Цель – Ценности – Направленность:

[Патриотическое направление воспитания.](#)

[Духовно-нравственное направление воспитания.](#)

[Социальное направление воспитания.](#)

[Познавательное направление воспитания.](#)

[Физическое и оздоровительное направление воспитания.](#)

[Трудовое направление воспитания.](#)

[Эстетическое направление воспитания.](#)

Целевые ориентиры воспитания

1) Деятельность воспитателя нацелена на перспективу становления личности и развития ребёнка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребёнка к концу раннего и дошкольного возрастов.

2) В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам)

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Способный понять и принять, что такое «хорошо» и «плохо». Проявляющий сочувствие, доброту.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Испытывающий чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых. Проявляющий интерес к другим детям и способный бесконфликтно играть рядом с ними. Проявляющий позицию «Я сам!». Способный к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении.
Познавательное	Познание	Проявляющий интерес к окружающему миру. Любознательный, активный в поведении и деятельности.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
Трудовое	Труд	Поддерживающий элементарный порядок в окружающей обстановке. Стремящийся помогать старшим в доступных трудовых действиях. Стремящийся к результативности, самостоятельности, ответственности в самообслуживании, в быту, в игровой и других видах деятельности (конструирование, лепка, художественный труд, детский дизайн и другое).
Эстетическое	Культура и красота	Проявляющий эмоциональную отзывчивость на красоту в окружающем мире и искусстве. Способный к творческой деятельности (изобразительной, декоративно-оформительской, музыкальной, словесно-речевой, театрализованной и другое).

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

Поскольку в детском саду создан единый воспитательно-образовательный процесс, то в ней в комплексе решаются воспитательные, обучающие и развивающие задачи педагогического процесса. Задачи по воспитанию базовых ценностей интегрируются с воспитательными задачами, реализуемыми при реализации образовательных областей.

Задачи рабочей программы воспитания, связанные с базовыми ценностями и воспитательными задачами, реализуемыми в рамках образовательных областей

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
Патриотическое направление воспитания В основе лежат ценности «Родина» и «Природа»	Формирование у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны	Формировать «патриотизм наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере) Формировать «патриотизм защитника», стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины) Воспитывать «патриотизм соиздателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем - на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом)	Воспитывать ценностное отношение к культурному наследию своего народа, к нравственным и культурным традициям России	Социально-коммуникативное развитие
			Приобщать к отечественным традициям и праздникам, к истории и достижениям родной страны, к культурному наследию народов России Воспитывать уважительное отношение к государственным символам страны (флагу, гербу, гимну);	Познавательное развитие
			Приобщать к традициям и великому культурному наследию русского народа	Художественно-эстетическое развитие
Духовно-нравственное	Формирование способности к	Развивать ценностно-смысловую сферу дошкольников на основе творческого	Воспитывать любовь к своей семье, своему населенному	Социально-коммуникативное

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
<p>направление воспитания</p> <p>В основе лежат ценности «Жизнь», «Милосердие», «Добро»</p>	<p>духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению</p>	<p>взаимодействия в детско- взрослой общности</p> <p>Способствовать освоению социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах</p>	<p>пункту, родному краю, своей стране</p> <p>Воспитывать уважительное отношение к ровесникам, родителям (законным представителям), соседям, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности</p> <p>Воспитывать социальные чувства и навыки: способность к сопереживанию, общительность, дружелюбие</p> <p>Формировать навыки сотрудничества, умения соблюдать правила, активной личностной позиции</p> <p>Создавать условия для возникновения у ребёнка нравственного, социально значимого поступка, приобретения ребёнком опыта милосердия и заботы;</p>	<p>развитие</p>
<p>Социальное направление</p>	<p>Формирование ценностного отношения</p>	<p>Способствовать освоению детьми моральных ценностей</p>	<p>Содействовать становлению целостной картины мира,</p>	<p>Речевое развитие</p> <p>Социально-коммуникативное</p>

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
воспитания В основе лежат ценности «Человек», «Семья», «Дружба», «Сотрудничество»	детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми	Формировать у детей нравственные качества и идеалов Воспитывать стремление жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Воспитывать уважение к другим людям, к законам человеческого общества. Способствовать накоплению у детей опыта социально-ответственного поведения Развивать нравственные представления, формировать навыки культурного поведения	основанной на представлениях о добре и зле, прекрасном и безобразном, правдивом и ложном	развитие
			Воспитывать уважения к людям – представителям разных народов России независимо от их этнической принадлежности;	Познавательное развитие
			Способствовать овладению детьми формами речевого этикета, отражающими принятые в обществе правила и нормы культурного поведения	Речевое развитие
			Создавать условия для выявления, развития и реализации творческого потенциала каждого ребёнка с учётом его индивидуальности, Поддерживать готовности детей к творческой самореализации и сотворчеству с другими людьми (детьми и взрослыми)	Художественно-эстетическое развитие
			Воспитывать активность, самостоятельность, уверенности в своих силах, развивать нравственные и волевые качества	Физическое развитие
Познавательное В основе лежит	Формирование ценности познания	Воспитывать у ребёнка стремление к истине, способствовать становлению	Воспитывать отношение к знанию как ценности, понимание значения	Познавательное развитие

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
ценность «Познание»		целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека	образования для человека, общества, страны Воспитывать уважительное, бережное и ответственное отношения к природе родного края, родной страны Способствовать приобретению первого опыта действий по сохранению природы.	
			Формировать целостную картину мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения детьми	Художественно-эстетическое развитие
Физическое и оздоровительное В основе лежат ценности «Здоровье», «Жизнь»	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности	Способствовать становлению осознанного отношения к жизни как основоположной ценности Воспитывать отношение здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека	Развивать навыки здорового образа жизни Формировать у детей возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре Способствовать становлению эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами	Физическое развитие
Трудовое	Формирование	Поддерживать привычку к трудовому	Поддерживать трудовое усилие,	Социально-

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
В основе лежит ценность «Труд»	ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду	усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; Воспитывать стремление приносить пользу людям	формировать привычку к доступному дошкольнику напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи Формировать способность бережно и уважительно относиться к результатам своего труда и труда других людей.	коммуникативное развитие
Эстетическое В основе лежат ценности «Культура» и «Красота»	Становление у детей ценностного отношения к красоте	Воспитывать любовь к прекрасному в окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развивать у детей желание и умение творить	Воспитывать эстетические чувства (удивление, радость, восхищение, любовь) к различным объектам и явлениям окружающего мира (природного, бытового, социокультурного), к произведениям разных видов, жанров и стилей искусства (в соответствии с возрастными особенностями) Приобщать к традициям и великому культурному наследию русского народа, шедеврам мировой художественной культуры с целью раскрытия ценностей «Красота», «Природа», «Культура» Способствовать становлению эстетического, эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру для	Художественно-эстетическое развитие

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
			гармонизации внешнего мира и внутреннего мира ребёнка Формировать целостную картину мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения детьми Создавать условия для выявления, развития и реализации творческого потенциала каждого ребёнка с учётом его индивидуальности Поддерживать готовность детей к творческой самореализации	

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках различных направлений воспитательной работы, тесно связанных с ближайшим окружением ребенка и социальной действительностью.

Список спортивных развлечений на 2024-2025 учебный год

Название праздника	Группа	Время проведения	Форма проведения	Ответственный за проведение	Форма участия ИФК
Здравствуй осень.	01	Сентябрь	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Вот и стали мы на год взрослей.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Веселый колокольчик.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия

Воспитатели и дети, очень дружная семья.	01	Октябрь	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Воспитатель мой и я, спортивные друзья.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Веселые старты.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
В единстве сила.	01	Ноябрь	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Мы едины, мы непобедимы.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Мы едины в этом наша сила.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
В гости к Деду Морозу.	01	Декабрь	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Приключение новогодней ёлочки.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Спасение Нового Года.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Зимние забавы.	01	Январь	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Что нам нравится зимой.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Зимние олимпийские игры.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Аты –баты шли солдаты.	01	Февраль	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитатели	Конспект сценария, ведущий мероприятия

Будем в армии служить.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Военные ученья.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Играем вместе с мамой.	01	Март	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
А ну –ка девочки.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Самые красивые и самые спортивные.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Мы, за здоровый образ жизни.	01	Апрель	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Путешествие на Марс.	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Космические приключения.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Славься День Победы.	01	Май	Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Зарница	91,92		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия
Майский праздник День Победы, отмечает вся страна.	81		Спортивное развлечение.	ИФК и воспитали	Конспект сценария, ведущий мероприятия

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Наполняя пространство игрушками, оборудованием и другими игровыми материалами необходимо, чтобы все предметы были известны детям, соответствовать их индивидуальным особенностям (возрастным и гендерным) для осуществления полноценной самостоятельной и совместной со сверстниками деятельности.

В РППС включены также предметы для совместной деятельности ребенка со взрослым (педагогом). Предметное содержание РППС выполняет информативные функции об окружающем мире и передачи социального опыта детям. Все игрушки, оборудование и другие материалы разнообразны и связаны между собой по содержанию и масштабу для обеспечения доступности среды.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО организация пространства РППС обладает многофункциональными качествами гибкого зонирования и оперативного изменения в зависимости от образовательной ситуации, а также обеспечивает возможность для различных видов активности детей, их самовыражения и эмоционального благополучия.

Использование технических средств в помещениях ДС является адаптируемым под конкретные задачи, специфику образовательной программы и основано на систематическом использовании различных средств информационно-образовательных технологий.

В настоящее время существуют ИОТ, предназначенные как для фронтальной работы педагога с детьми, групповой работы, так и индивидуальной работы детей под руководством взрослого. Данный компонент предназначен для обеспечения полноценного функционирования РППС, отвечающей современным требованиям дошкольного образования. Целью методической, технической и информационной поддержки является создание оптимальных условий для эффективного решения воспитательно-образовательных задач ДС

Методическая литература.

1. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
 2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
 3. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
 4. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
 5. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
 6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
 7. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
- Д.В Хухлаева Методика физического воспитания в дошкольных

3.3. Режим дня

Примерная продолжительность режимных моментов в детском саду №115 «Салют» АНО ДО «Планета детства «Лада»

Содержание	Холодный период года							
	1,5 - 2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет		6-7 лет	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут с 3 лет); с 2-3 лет + самостоятельная деятельность	6.30 - 8.15	6.30 - 8.15	6.30 - 8.20	6.30 - 8.20	6.30 - 8.25		6.30 - 8.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям	8.15 - 9.00	8.15 - 9.00	8.20 - 9.00	8.20 - 9.00	8.25 - 9.00		8.25 - 8.50	
1,5-3 г. - занятия по подгруппам + активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) 3-7 л. – занятия фронтальные или по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	9.00 - 9.10 9.20- 9.30 <i>по подгруппам</i>	9.00 - 9.10 9.20- 9.30 <i>по подгруппам</i>	9.00-9.15 9.25-9.40 <i>по подгруппам</i> 10.00-10.15 <i>фронтально</i>	9.00-9.20 9.30-9.50 <i>по подгруппам</i> 10.10-10.30 <i>фронтально</i>	9.00-9.25 9.35-10.00 <i>по подгруппам</i> 10.20-10.45 <i>фронтально</i>	10.40—11.05 11.15-11.40 <i>по подгруппам</i> 11.50-12.15 <i>фронтально</i>	8.50-9.20 9.30-10.00 <i>по подгруппам</i> 10.20 -10.50 <i>фронтально</i>	10.40—11.10 11.20-11.50 <i>по подгруппам</i> 12.00-12.30 <i>фронтально</i>
1,5-3 г. - активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое), 3-7 л. – игры, культурные практики	9.30 - 9.45	9.30 - 9.45	9.00-9.50 <i>свободная подгруппа</i>	9.00-10.00 <i>свободная подгруппа</i>	9.00-10.10 <i>свободная подгруппа</i>	10.40 -11.40 <i>свободная подгруппа</i>	8.50-10.10 <i>свободная подгруппа</i>	10.40 -11.50 <i>свободная подгруппа</i>
Второй завтрак	9.45 - 10.00	9.45 - 10.00	9.50 - 10.00	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20	10.30-10.40	10.10 - 10.20	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, культурные практики , возвращение с прогулки.	10.00 - 11.30 (1 ч. 30мин.)	10.00 - 11.30 (1 ч. 30мин.)	10.15-11.45 (1 ч. 30мин.)	10.30-12.00 (1 ч. 30мин.)	10.45-12.15 (1 ч. 30мин.)	9.00-10.30 (1 ч. 30мин.)	10.50-12.20 (1 ч. 30мин.)	9.00-10.30 (1 ч. 30мин.)
Игры, самостоятельная деятельность	11.30-12.00	11.30-12.00	11.45-12.15	12.00-12.20	12.15-12.30	12.15-12.30	12.20-12.30	8.50-9.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 - 12.30	12.00-12.30	12.15-12.45	12.20-12.50	12.30-13.00		12.30-13.00	
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные (закаливающие с 3 - лет) и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30 (3 ч.)	12.30-15.30 (3 ч.)	12.45-15.30 (2 ч. 45 мин)	12.50-15.30 (2 ч. 40 мин)	13.00-15.30 (2 ч. 30 мин)		13.00-15.30 (2 ч. 30 мин)	
Игры и самостоятельность деятельность, культурная практика ; (5-7 лет –занятие фронтально или по	-	-	15.30-16.10	15.30-16.15	15.30-15.50 16.00-16.20		15.30-15.55 16.05-16.30	

подгруппам)					<i>по подгруппам</i>	<i>по подгруппам</i>
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40	-	-	-	-
Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник.	-	-	16.10-16.30	16.15-16.35	16.20-16.40	16.30-16.50
Игры, самостоятельная деятельность (1.5-3 года – занятие по подгруппам)	15.40 - 16.35 (15.40– 15.50 16.00 -16.10)	15.40 - 16.35 (15.40– 15.50 16.00 -16.10)	16.30 - 17.00	16.35 - 17.00	16.40 - 17.00	16.50 - 17.00
Подготовка к ужину, ужин	16.35-17.00	16.35-17.00	-	-	-	-
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)	17.00 - 18.30 (1 ч. 30мин.)

Продолжительность 1 занятия: 1,5-3 г. – не более 10 мин, 3-4 г. – не более 15 мин, 4-5 л.-не более 20 мин, 5-6л-не более 25 мин, 6-7л – не более 30 мин. Перерыв между занятиями 10 мин.

Содержание	Теплый период года					
	1,5 - 2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
	Время					
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут с 3 лет); с 2-3 лет + самостоятельная деятельность	6.30 - 8.15	6.30 - 8.15	6.30 - 8.20	6.30 - 8.20	6.30 - 8.25	6.30 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям	8.15 - 9.00	8.15 - 9.00	8.20 - 9.00	8.20 - 9.00	8.25 - 9.00	8.25 - 9.00
1,5-3 г. - занятия по подгруппам + активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) 3-7 л. – занятия фронтальные или по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	9.10-9.20 9.30-9.40	9.40-9.50, 10.00-10.10	9.20-12.00 (в любой промежуток времени 1-2 занятия по 15 мин)	9.15-12.00 (в любой промежуток времени 1-2 занятия по 20 мин)	9.15-12.00 (в любой промежуток времени 1-3занятия по 25 мин)	9.15-12.00 (в любой промежуток времени 1-3 занятия по 30 мин)
1,5-3 г. - активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое), 3-7 л. – игры, культурные практики		9.00 - 9.30	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-

Второй завтрак	9.45 - 10.00	9.45 - 10.00	9.50 - 10.00	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	9.00-11.30	9.30 – 11.30 11.30-12.00	9.20-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00
Игры, самостоятельная деятельность	11.30-12.00	11.30-12.00	12.00-12.15	12.00-12.20	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.00 - 12.30	12.00-12.30	12.15-12.45	12.20-12.50	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные (закаливающие с 3 - лет) и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Игры и самостоятельная деятельность, культурная практика; (5-7 лет – занятие фронтально или по подгруппам)	-	-	15.30-16.10	15.30-16.15	15.30-16.40	15.30-16.30
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40	-	-	-	-
Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник.	-	-	16.10-16.30	16.15-16.35	16.20-16.40	16.30-16.50
Игры, самостоятельная деятельность (1.5-3 года – занятие по подгруппам)	15.40-16.35	15.40-16.35	16.30 - 17.00	16.35 - 17.00	16.40 - 17.00	16.50 - 17.00
Подготовка к ужину, ужин	16.35-17.00	16.35-17.00	-	-	-	-
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30

Д в РД - образовательная деятельность в режиме дня

*- в скобках () приведены возможные временные отрезки для проведения занятий. Продолжительность 1 занятия: 1,5-3 г. – 10 мин.; 3-4г. – 15 мин.; 4-5л.-20 мин.; 5-6л.-25 мин.; 6-7л.-30 мин. Перерыв между занятиями - 10 мин

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Культурно-досуговые мероприятия - неотъемлемая часть в деятельности детского сада. Организация праздников, развлечений, детских творческих дел способствует повышению эффективности воспитательно-образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

К традиционным мероприятиям детского сада относятся:

- Дни открытых дверей для родителей воспитанников и населения города (проводятся 2 раза в год - в октябре и апреле),
- отчетные концерты о достижениях детей для родителей воспитанников (утренники, проводятся 3 раза в год и посвящаются

празднованию Нового года, 8 марта и выпуску детей в школу);

- социально-педагогические акции (проводятся не реже 1 раза в месяц);
- развлечения, досуги (музыкальные, спортивные) и др.

Несколько раз в год в детском саду проводятся каникулы. Организация каникулярного отдыха в детском саду имеет свою специфику и определяется годовыми задачами дошкольной организации. Содержание педагогической работы в этот период направлено на создание оптимальных условий для активного отдыха детей, увеличение объема двигательной активности, обеспечение мер по укреплению здоровья, закаливанию организма, повышению эффективности прогулки и пр.

Во время каникул организованная образовательная деятельность не проводится, за исключением занятий по реализации содержания ОО «Художественно-эстетическое развитие» и «Физическое развитие».

Содержание каникул не ограничивается какими-либо определенными мероприятиями. Каждый педагог разрабатывает свой план, выбирает наиболее интересные формы, средства и методы проведения в соответствии со своим опытом, творческими способностями, уровнем подготовленности и интересами детей.

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

ФГОС ДО определил требования к условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования, которые включают требования к развивающей предметно - пространственной среде.

В соответствии с ФГОС ДО и общеобразовательной программой ДС развивающая предметно-пространственная среда создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

- **содержательно-насыщенной** - включать средства обучения (в том числе технические), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об образовании в Российской Федерации» оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

- **трансформируемой** - обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей;

- **полифункциональной** - обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

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

- **безопасной** - все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Имеются дополнительные пособия: лесенка с зацепами, доски, горка-скат. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен зала. Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность. Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы, обручи, гимнастические палки, скакалки, дуги для подлезания и перешагивания и т. д.) хранятся на специальных полках, стеллажах, в ящиках.

В процессе выполнения двигательных заданий дети получают знания о свойствах разных предметов и пособий (форме, цвете, весе, качестве материала), знакомятся с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений.

Следует отметить положительную роль использования разнообразных физкультурных пособий в подвижных играх и упражнениях детей для восприятия пространства и времени, в том числе для формирования умений и навыков ориентировки в окружающей среде. Дети, проявляя свою двигательную активность, действуют в каком-то определенном пространстве, которое может быть разным по величине и форме, предметному насыщению.

Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий, а также правильная расстановка инвентаря, доступность, трансформация все это - повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.