ПРИНЯТА:
На Педагогическом совете д/с
от «21»июля 2022 г.
протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий д/с _____/Мустафина Е.В.
Распоряжение от «21»июля 2022 г. №104

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
образовательная область «Физическое развитие»
на 2020-2021 уч. год
разработана на основе ООП ДО детского сада № 161 «Лесовичок»

АНО ДО «Планета детства «Лада»

Составитель программы:
Кашамова Наталия Сергеевна
инструктор по физической культуре
первой квалификационной категории

Тольятти, 2021 год

1. Целевой раздел

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

Из ООП ДО ДС/ АОП ДО ДС выписываются задачи, планируемые результаты освоения Программы, методы педагогической диагностики для отслеживания запланированных результатов в соответствии с профилем своей деятельности (муз.рук - художественно-эстетическое развитие, ИФК- физическое развитие, психолог - социально-коммуникативное и т.д.) и с той категорией детей, с которой работает специалист (с какими возрастными группами) – например, задачи и результаты освоения по 2 мл.гр, затем по ср.гр, ст.гр. и т.д.. Задачи по вариативной части прописываются с учетом специфики своей деятельности

ОО.	Задачи по ОО	Результаты освоения ООП ДО ДС	Оценочные материалы
Обязательная часть			
Четвертый год жизни. 2-я младшая группа	1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к фи зическим упражнениям 2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости. 3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя. 4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками	● Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. ● При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. ● Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. ● Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. ● С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату. ● С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.	«Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет). ФГОС» Верещагина Наталья Валентиновна Редактор: Ермолаев С. Д.; Издательство: Детство-Пресс, 2017 г.

	5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно поль- зоваться ложкой, вилкой, салфеткой.		
Пятый год жизни*.** ***Средняя группа	1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их вы- полнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориен- тироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятель- ного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки. 2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость. 3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни. 4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухажи- вать за своими вещами (вещами личного пользования).	● В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координа- цию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. ● Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элемен- ты общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук. ● Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, дей- ствиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для дости- жения хорошего результата, потребность в двигательной активности. ● Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. ● Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. ● Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельно- сти: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх. ● С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы. ● Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь	«Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет). ФГОС» Верещагина Наталья Валентиновна Редактор: Ермолаев С. Д.; Издательство: Детство-Пресс, 2017 г.

		внимание взрослого в случае недомогания. ● Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации. ● Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.	
Шестой год жизни. Старшая группа	1.Развиватьумениеосознанного,активного,с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений(основных движений, общераз-Ввивающих упражнений, спортивных упражнений). 2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей. 3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях. 4. Развивать творчество в двигательной деятельности. 5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. 6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу. 7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. 8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и	● Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений). ● В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. ● В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. ● Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. ● Имеет представления о некоторых видах спорта. ● Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения,способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. ● Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру. ● Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья	«Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет). ФГОС» Верещагина Наталья Валентиновна Редактор: Ермолаев С. Д.; Издательство: Детство - Пресс, 2017 г.

	физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьеформирующего поведения. 9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни. 10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.	окружающих его людей. ● Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. ● Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).	
Седьмой год жизни. Подготовительная группа	1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности. 2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях. 3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. 4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. 5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений. 6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. 7. Формировать представления о некоторых	● Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные). ● В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. ● Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. ● Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. ● Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двига-	«Диагностика педагогического процесса в подготовительной к школе группе (с 6 до 7 лет). ФГОС» Верещагина Наталья Валентиновна Редактор: Ермолаев С. Д.; Издательство: Детство - Пресс, 2017 г.

	видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту. 8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей. 9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.	тельной активности за счет имеющегося двигательного опыта. ● Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. ● Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. ● Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. ● Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).	
Вариативная часть			
Приоритетное направление **«Будьте здоровы!», А.А. Ошкина и др.**	-расширение и обогащение знаний и представлений детей о здоровом образе жизни и способах его ведения; -развитие эмоционально-оценочного отношения к основам здорового образа жизни; -формирование умения отражать имеющиеся знания в деятельности и умения опираться на эти знания в поведении.	Планируемые результаты освоения вариативной части Программы Дополнительная общеобразовательная программа по физическому развитию детей 3 – 7 лет «Будьте здоровы» А.А. Ошкина (Таблица 2)	Дополнительная общеобразовательная программа по физическому развитию детей 3 – 7 лет «Будьте здоровы» А.А. Ошкина;
«Программа обучения детей плаванию в детском саду», Воронова Е.К.	**Обучающие:** сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;	Программа обучения детей плаванию в детском саду», Воронова Е.К. (Таблица 3)	«Программа обучения детей плаванию в детском саду», Воронова Е.К.

	познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне). **Развивающие:** развивать двигательную активность детей; способствовать развитию навыков личной гигиены; способствовать развитию костно-мышечного корсета; развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке; **Воспитательные:** воспитывать морально-волевые качества; воспитывать самостоятельность и организованность; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию; воспитывать интерес к занятиям физической культуры;		
Региональный компонент Формирование основы активной гражданской позиции у дошкольника через воспитание любви к родному краю.	1. Формировать у дошкольников базовые представления о культурно - историческом наследии Самарской области. 2. Формировать толерантное отношение к народам Поволжья посредством знакомства с их культурой, традициями и обычаями. 3. Развивать умение проявлять гражданскую позицию через посильные дошкольнику виды деятельности: акции, проектную деятельность, познавательно-исследовательскую деятельность и др. 4. Воспитывать интерес, любовь и бережное	- Знает, что Тольятти один из городов Самарской области, который славится крупным предприятием «АВТОВАЗ; - Понимает связь между прошлым, настоящим, будущим края; - Знает основные города и реки Самарской области и может показать их на карте; - Знает представителей растительного, животного мира, подводного мира родного края; - Имеет представления о добычи полезных	«Я гражданин Самарской земли»: методическое пособие по краеведению для дошкольников 3-7 лет.

	отношение к живой и неживой природе региона. 5. Воспитывать уважение и чувство гордости за жителей Самарской области, которые прославили родной край.	ископаемых в регионе и их роли для предприятий родного края; - Знает государственную символику города и области, страны; - Имеет представления о Красной книге Самарской области, её значимости для региона; - Принимает осмысленное и активное участие в праздниках города, региона, страны.	

Вариатиавная часть

Приоритетное направление физическое развитие

Таблица 2 - Планируемые результаты освоения вариативной части Программы Дополнительная общеобразовательная

программа по физическому развитию детей 3 – 7 лет «Будьте здоровы» А.А. Ошкина

Микротомы/ Компоненты ЗОЖ	Результаты освоения программы детьми 3-4 лет	Результаты освоения программы детьми 4-5 лет	Результаты освоения программы детьми 5-6 лет	Результаты освоения программы детьми 6-7 лет
Элемент ЗОЖ – двигательная деятельность				
Когнитивный компонент			Ребенок знает: □ о «полезных» и «опасных» для человека движениях; □ основные виды движений	Ребенок знает: □ роль движения в сохранении и укреплении здоровья.
Эмоционально – мотивационный компонент			– нравится делать утреннюю гимнастику; □ понимает значимость утренней гимнастики для	– нравится делать утреннюю гимнастику; - нравится делать утреннюю гимнастику; □ понимает
			здоровья человека; □ нравится заниматься физической культурой и спортом.	значимость утренней гимнастики для здоровья человека; □ нравится заниматься физической культурой и спортом; □ понимает значимость занятий физической культурой и спортом.
Поведенческий компонент			всегда делает утреннюю гимнастику; □ занимается физкультурой и спортом; свободно использует спортивный инвентарь и физкультурное оборудование.	– всегда делает утреннюю гимнастику; □ занимается физической культурой и спортом; – самостоятельно, качественно и систематично выполняет движения

Таблица 3 - Планируемые результаты освоения Программы «Обучение плаванию в детском саду» (Е. К. Воронова)

Младший дошкольный возраст (3-4 года)

Целевые ориентиры	**Образовательная область**	**Задачи по образовательной области**	**Результаты освоения ООП**

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен; вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими - ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями; – склонен наблюдать, экспериментировать;	Физическое развитие Познавательное развитие	- дать представления о воде и ее свойствах; - развивать умения уверено передвигаться по дну бассейна, совершать простейшие действия, играть в воде; - способствовать преодолению страха воды;	- ребенок имеет представления о воде и ее свойствах; - ребенок уверенно передвигается по дну бассейна, совершает простейшие действия, с удовольствием играет в воде; - ребенок не боится воды, занимается в бассейне с удовольствием.

Содержание воспитательно-образовательной работы с учетом региональной специфики разработано педагогическим коллективом на основе имеющихся авторского методического пособия из опыта работы д/с по региональному компоненту: «Я гражданин Самарской земли»: методическое пособие по краеведению для дошкольников 3-7 лет. Авторы-составители: О.В. Каспарова, В.Н. Гандина, О.В. Щеповских. Тольятти, 2021 г

1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики:

Возрастные характеристики детей 2х-3х лет

Ребенок 2х-3х лет чрезвычайно активен. Старается действовать самостоятельно. Сохраняется стремление действовать с предметами. Существенное значение для развития моторики имеет возникновение сюжетной игры. Ребёнок освоил в целом все виды основных движений. Движения ребенка еще не сформированы как произвольные, они часто непреднамеренны, направления их случайны. Однако в этом возрасте появляется возможность устанавливать некоторое сходство с образцом движения.

Проявляет эмоциональную отзывчивость на музыку, художественное слово. Подпевает отдельные слоги, повторяет интонации. Способен соотносить движения с музыкой, проявляет элементарную ритмичность.

К концу года движения приобретают размеренный ритмичный характер и выполняются с большей свободой и легкостью. Это поддерживает положительное отношение к двигательной деятельности. У ребенка развивается двигательная память, позволяющая воспроизводить выполненные ранее движения.

Возрастные характеристики детей 3х-4х лет

Характерное для ребенка 4-го года жизни требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. В то же время его внимание не устойчиво, он отвлекается и часто переходит от одной деятельности к другой. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. **Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость**

переживания успеха в деятельности (Я — молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Продолжает развиваться и усложняться творческая ролевая игра.

В этом возрасте ребенок уже обладает сравнительно большим запасом движений, но он еще не заботится о результатах своих действий, он поглощен самим процессом движения. Его эмоциональным воздействием. На ряду с этим движения приобретают уже более преднамеренный характер. Ребенок уже в состоянии проделывать. Повторять движение по своему усмотрению или по предложению взрослого, соблюдать направление движения , отличать некоторые его способы. Совершая движения, ребенок может соблюдать в них известную последовательность.

Ребенок более сознательно следит за показом, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснение в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий. К концу 2-го года жизни ребенок обладает большим и прочным запасом разнообразных движений, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет воспитателю перейти к работе над качественной стороной основных движений.

Возрастные характеристики детей 4х-5х лет

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка. Ребенок проявляет еще больший интерес и желание осваивать различные виды движения:

- ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд; на носках; высоко поднимая колени; перешагивая через предметы (высотой 5—10 см); змейкой между предметами за ведущим;
- догонять, убегать, бегать со сменой направления и темпа, останавливаться по сигналу; бегать по кругу, по дорожке, обегать предметы;
- прыгать одновременно на двух ногах на месте и с продвижением вперёд (не менее 4 м); на одной ноге (правой и левой) на месте; в длину с места; вверх с места, доставая предмет одной рукой; одновременно двумя ногами через канат (верёвку), лежащий на полу; одновременно двумя ногами через три-четыре линии (поочерёдно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка;
- перелезать через лежащее бревно, через гимнастическую скамейку; влезать на гимнастическую стенку, перемещаться по ней вверх-вниз,
- передвигаться приставным шагом вдоль рейки; подлезать на четвереньках под две-три дуги (высотой 50—60 см);
- бросать двумя руками мяч вдаль разными способами (снизу, из-за головы, от груди); катать и перебрасывать мяч друг другу; перебрасывать мяч через препятствие (бревно, скамейку); прокатывать мяч между предметами; подбрасывать и ловить мяч (диаметром 15—20 см) двумя руками; бросать вдаль мяч (диаметром 6—8 см), мешочки с песком (весом 150 г) правой и левой рукой; попадать мячом (диаметром 6—8—12 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, двумя и одной рукой (удобной) разными способами с расстояния не менее 1 м; метать мяч одной (удобной) рукой в вертикальную цель (наклонённую корзину), находящуюся на высоте 1 м с расстояния не менее 1 м;

- кружиться в обе стороны; ловить ладонями (не прижимая к груди) отскочивший от пола мяч (диаметром 15—20 см), брошенный ребёнку взрослым с расстояния 1 м не менее трёх раз подряд; ходить по наклонной доске (шириной 20 см и высотой 30 см) и по напольному мягкому буму (высотой 30 см); стоять не менее 10 с на одной ноге (правой и левой), при этом другая нога согнута в колене перед собой;
- кататься на санках с невысокой горки; забираться на горку с санками; скользить по

ледяным дорожкам с помощью взрослого; кататься на трёхколесном велосипеде; ходить на лыжах по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом без палок, свободно размахивая руками.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает.

Возрастные характеристики детей 5х-6х лет

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Ребёнок устанавливает связь между овладением основными движениями и развитием силы, ловкости, выносливости собственного тела. Понимает необходимость заботы о сохранении здоровья и значимость движений. Имеет представления о здоровом образе жизни, о необходимости культурно-гигиенических навыков, полноценном питании, правильном режиме, закаливании, занятиях спортом.

Может:

- ходить в разном темпе и в разных направлениях, с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком, на носках, на пятках, высоко поднимая колени, перешагивая через предметы (высотой 10—15 см), змейкой между предметами за ведущим и самостоятельно, прямо и боком приставным шагом по лежащему на полу канату (верёвке) диаметром 3 см; перешагивать одну за другой рейки лестницы, приподнятой от пола на 25 см, а также через набивные мячи;
- бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего, врассыпную, змейкой между предметами самостоятельно, челночным бегом (10 м 3);
- прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь; на одной ноге (правой и левой), в длину с места, одновременно на двух ногах, постепенно поворачиваясь кругом; вокруг предметов (мяч, кубик); из обруча в обруч (диаметром 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу, одновременно двумя ногами через пять-шесть линий (поочерёдно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага

ребёнка; перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 25 см) боком с продвижением вперёд, с разбега через верёвку или резинку (высотой 15 см); спрыгивать на мат со скамейки (высотой 20 см) и с гимнастического бревна (высотой 15 см);

− лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, передвигаться приставным шагом по горизонтальной рейке и перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону, по горизонтальной гимнастической лестнице разными способами, ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; подлезать под дуги (высотой 50—60 см), не касаясь пола руками; пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу;

− прокатывать мяч или шар в цель (расстояние 1—1,5 м); подбрасывать мяч (диаметром 12—15 см) вверх и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее пяти раз подряд; перебрасывать мяч двумя и одной рукой через препятствие (высотой не менее 1,2 м) с расстояния не менее 1,2 м; метать двумя и одной рукой (правой и левой) разными способами мячи (диаметром 6—8 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, с расстояния не менее 1,5 м, в вертикальную цель (обруч диаметром 45 см; щит 40х40 см) с расстояния не менее 1,5 м одной (удобной) рукой (высота центра мишени 1,2 м); отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) не менее пяти раз подряд;

− прыгать на одной ноге (правой и левой), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м, сохраняя прямолинейность движения; удерживать равновесие, стоя на носках с закрытыми глазами, не менее 10 с; ходить по гимнастической скамейке прямо; с перешагиванием через кубики; с поворотами; вбегать на наклонную доску (шириной 20 см и высотой 35 см); ходить прямо по гимнастическому бревну (шириной 10 см, высотой 15 см); переступать через скакалку, вращая её вперёд и назад;

− кататься на санках с невысокой горки, уметь делать повороты и тормозить, на трёхколёсном и двухколёсном велосипеде; самокате; скользить по ледяным дорожкам без помощи взрослого; кататься; ходить на лыжах скользящим шагом без палок, свободно размахивая руками; поворачиваться на месте переступающими шагами.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель, инструктор по физической культуре уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы — возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью).

Следует помнить, что позвоночник ребенка 5—7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. Поэтому ***постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка — обязательное условие его нормального физического развития.***

Возрастные характеристики детей 6х-7х лет.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к

движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Ребенок этого возраста может:

ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; перекаом с пятки на носок; на наружной поверхности стоп; высоко поднимая колени; в полуприседе; перестраиваться в колонну по два человека;

бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего, врассыпную, змейкой между предметами; высоко поднимая колени, с захлёстом голеней назад, челночным бегом (10 м 3);

прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь, на батуте, с поворотами в любую сторону, в длину и в высоту с места и с разбега, на одной (удобной) ноге из обруча в обруч (диаметром 32—45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу;

перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 30 см) боком с продвижением вперёд; спрыгивать на мат со скамейки высотой 25 см и с гимнастического бревна высотой 15 см;

лазать по гимнастической стенке в разных направлениях, по наклонной гимнастической лестнице разными способами, перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону на разных уровнях;

ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; на четвереньках с опорой на ладони и голени; подлезать поочерёдно под несколькими предметами (высотой 40—50—60 см) разными способами; пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу;

подбрасывать мяч (диаметром 6—8 см) вверх и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее пяти раз подряд; перебрасывать мяч из одной руки в другую движением кисти;

перебрасывать двумя и одной (удобной) рукой мяч через сетку (верёвку), закреплённую на высоте не менее 1,5 м от пола; метать одной рукой (правой и левой) разными способами мяч (диаметром 6—8 см) в горизонтальную цель (обруч диаметром 45 см) с расстояния не менее 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд), одной (удобной) рукой мяч в вертикальную цель (щит 25 см) с расстояния 1,5 м, высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд);

прокатывать двумя руками утяжелённый мяч (весом 0,5 кг) между предметами и вокруг них (конусов, кубиков);

отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) и поочерёдно на месте и с продвижением (не менее 5 м);

прыгать на одной ноге (удобной), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м змейкой между предметами (конусами);

удерживать равновесие не менее 10 с, стоя на одной ноге, другая согнута и приставлена стопой к колену под углом 90°; ходить по гимнастической скамейке прямо; приставным шагом боком; с перешагиванием через кубики; с поворотами;

поднимаясь на носки; ходить по гимнастическому бревну и узкой стороне гимнастической скамейки (шириной 10 см и высотой 25 см);

прыгать через короткую скакалку одновременно на двух ногах и с ноги на ногу, вращая её вперёд; прыгать на двух ногах и на одной (удобной) ноге через качающуюся длинную скакалку; перепрыгивать через обруч, вращая его как скакалку; кататься на санках с горки, уметь хорошо управлять санками;

катать сверстников на санках, на двухколёсном велосипеде, уверенно выполняя повороты, на самокате; скользить по ледяным дорожкам с разбега без помощи взрослого;

скользить с небольших горок, удерживая равновесие, приседая; ходить на лыжах переменным шагом без палок и с палками по пересечённой

местности; делать повороты переступанием на месте и в движении; забираться на горку полуёлочкой и спускаться с неё, слегка согнув ноги в коленях; владеть элементами спортивных игр (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей).

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с *изменением статуса дошкольников в детском саду* — в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Наряду с воспитателем инструктор по физической культуре помогает детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение.

У старших дошкольников наблюдается незавершенность строения стопы. Необходимо предупреждать появление и закрепление плоскостопия. Его причиной могут стать постоянное ношение обуви без каблучка, на жесткой, негнущейся подошве, большего, чем нужно, размера, а также излишняя масса тела, перенесенные заболевания. ***Инструктору следует быть внимательным к жалобам отдельных детей на усталость и боль в ногах при ходьбе или стоя.***

- Индивидуальные характеристики особенностей развития детей (Приложение 1)

2. Содержательный раздел

2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям (обязательная и вариативная части).

Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей

Направления образовательной работы	**Методы и приемы**	**Формы организации образовательного процесса**	**Средства, технологии, используемые педагогом**
Младшие группы № 81,82			

Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей: Координация движений Физические качества Основные виды движений.	***Наглядные:*** - Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, имитация, зрительные ориентиры) - Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) ***Словесные:*** - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) - вопросы к детям - образный сюжетный рассказ, беседа - словесная инструкция ***Практические:*** - повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме	Утренняя гимнастика Физкультурные занятия Гимнастика пробуждения Закаливающие процедуры Подвижные игры и упражнения Физкультминутки Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования и досуги «Папа и я – защитники Отечества», День Здоровья и т.д.) Чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с формированием элемента ЗОЖ)	- Двигательная активность - занятия физической культурой (удовлетворение потребности ребенка в движении и одновременно развивают его) - Эколого - природные факторы: солнце, воздух, вода (повышают функциональные возможности и работоспособность организма. Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции). Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодр- ствования, питания; гигиена одежды, обуви, уборка групповых комнат, зала, физкультурных
Средние группы № 71,72			
	1. ***Наглядные*** - Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д.), имитация, зрительные ориентиры) - Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) ***Словесные:*** - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) - вопросы к детям - образный сюжетный рассказ, беседа - словесная инструкция ***Практические:*** - повторение упражнений без изменения и с изменениями проведение упражнений в игровой форме	Физкультурные занятия Закаливающие процедуры Подвижные игры и упражнения Физкультминутки Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования и досуги («Малые Олимпийские игры», «Папа и я – защитники Отечества», День Здоровья и т.д.) Чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с формированием элемента ЗОЖ Утренняя гимнастика Гимнастика пробуждения	- Двигательная активность, занятия физической культурой (удовлетворение потребности ребенка в движении и одновременно развивают его) - Эколого- природные факторы: солнце, воздух, вода (повышают функциональные возможности и работоспособность организма. Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции). Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодр- ствования, питания; гигиена одежды, обуви, уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)

Старшие группы № 61,62			
	Наглядные: - Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д., имитация, зрительные ориентиры). - Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни)тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощьвоспитателя) ***Словесные:*** - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) - подача команд, распоряжений, сигналов - вопросы к детям образный сюжетный рассказ, беседа	Индивидуальная Подгрупповая Фронтальная НОД Совместная деятельность воспитателя с детьми Самостоятельная Гимнастика Закаливающие процедуры Гимнастика пробуждения Физкультминутки Физкультурные упражнения на прогулке Спортивные упражнения Подвижные игры и упражнения Развлечения, праздники, соревнования и досуги	Двигательная активность Эколого – природные факторы Психогигиенические факторы СОТ: здоровьесберегающие
Подготовительные группы№ 51,52	***Наглядные:*** - Наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д.), имитация, зрительные ориентиры) - Наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни) тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя) ***Словесные:*** - объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные) - подача команд, распоряжений, сигналов - вопросы к детям - образный сюжетный рассказ, беседа - словесная инструкция ***Практические:*** - повторение упражнений без изменения и с изменениями - проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме.	Индивидуальная Подгрупповая Фронтальная НОД Совместная деятельность воспитателя с детьми Самостоятельная Гимнастика Закаливающие процедуры Гимнастика пробуждения Физкультминутки Физкультурные упражнения на прогулке Спортивные упражнения Подвижные игры и упражнения Развлечения, праздники, соревнования и досуги	Двигательная активность Эколого – природные факторы Психогигиенические факторы СОТ: здоровьесберегающие

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

- **Модель образовательной деятельности на неделю**

Формы организации образовательной деятельности	**Детская деятельность // Образовательная область, направление**	**Количество**	**День недели**				
			понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Занятия	*Младшие группы № 81,82 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие*	*2*			*81 82*		*81 82*
	Средние группы № 71,72 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	*3*	*71 72*	*71*		*72*	*71 72*
	Старшие группы № 61,62 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	*3*	*61*	*61*	*62*	*61 62*	*62*
	Подготовительные группы № 51,52 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	*3*	*51 52*	*52*		*51*	*51 52*
Совместная деятельность в режиме дня:							
Утренняя гимнастика	*Двигательная деятельность// физическое*	*ежедневно*					
Секция	*Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие*		*51*	*52*	*61 62*		
Спортивный досуг		*1 раз в месяц*	*81 82*	*71 72*	*61 62*	*51 52*	
Гимнастика побудка		*ежедневно*					
Самостоятельная		*ежедневн*					

деятельность: *- в двигательном центре активности* *- на прогулке*		*о*	*	*	*	*	*

* проводит воспитатель (занятие на воздухе: создание условий для самостоятельной деятельности в двигательном центре)

- **Модель образовательной деятельности на учебный год**

ПРИМЕРНЫЙ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ДЕТСКОМ САДУ

СЕНТЯБРЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Группа раннего возраста (1,5-3 лет)	Наши игрушки	Золотая осень	Красота в жизни, природе, искусстве	Красота в жизни, природе, искусстве
II младшая	Наши игрушки	Золотая осень	Красота в жизни, природе, искусстве	Наш любимый детский сад
Средняя	Наши игрушки	Золотая осень	Красота в жизни, природе, искусстве	Наш любимый детский сад
Старшая	Наши игрушки	Золотая осень	Красота в жизни, природе, искусстве	Наш любимый детский сад
Подготовительная к школе	Наши игрушки	Золотая осень	Красота в жизни, природе, искусстве	Наш любимый детский сад

ОКТЯБРЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Группа раннего возраста (1,5-3 лет)	Осень в гости к нам пришла	Домашние и дикие животные	Профессия врача	Игрушки. Матрешка.
II младшая	Осень в гости к нам пришла	Домашние и дикие животные	Профессия врача	Игрушки. Матрешка.
Средняя	Осень в гости к нам пришла	Домашние и дикие животные	Профессия врача	Игрушки. Матрешка.
Старшая	Осень в гости к нам пришла	В мире животных	Профессия врача	Мультфильмы
готовительная к школе	Осень в гости к нам пришла	В мире животных	Профессия врача	Мультфильмы

НОЯБРЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Посуда. Самовар-самоварыч	Мебель	Будем приветливы!	Моя мама

Средняя	Посуда. Самовар-самоварыч	Мебель	Будем приветливы!	Моя мама
Старшая	Россия – моя страна. Традиции и обычаи народов Поволжья	Музыка в жизни человека	Будем приветливы!	Моя мама
ɔтовительная к школе	Россия – моя страна. Традиции и обычаи народов Поволжья	Музыка в жизни человека	Будем приветливы!	Моя мама

ДЕКАБРЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Заботимся о здоровье	Правила дорожные – правила надежные	Готовимся к новогоднему празднику	Встречаем Новый год
Средняя	Заботимся о здоровье	Правила дорожные – правила надежные	Готовимся к новогоднему празднику	Встречаем Новый год
Старшая	Заботимся о здоровье	Правила дорожные – правила надежные	Готовимся к новогоднему празднику	Встречаем Новый год
Подготовительная к школе	Заботимся о здоровье	Правила дорожные – правила надежные	Готовимся к новогоднему празднику	Встречаем Новый год

ЯНВАРЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Каникулы	Моя семья!	Зимушка-зима	Будем вежливы!
Средняя	Каникулы	Моя семья!	Зимушка-зима	Будем вежливы!
Старшая	Каникулы	Моя семья!	Зимушка-зима	Будем вежливы!
Подготовительная к школе	Каникулы	Моя семья!	Зимушка-зима	Будем вежливы!

ФЕВРАЛЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Доброта	Транспорт	Защитники Отечества	Берегиня
Средняя	Доброта	Транспорт	Защитники Отечества	Берегиня
Старшая	Доброта	Транспорт. Автомобиль: вчера, сегодня, завтра.	Защитники Отечества	Берегиня

готовительная к школе	Доброта	Транспорт. Автомобиль: вчера, сегодня, завтра.	Защитники Отечества	Берегиня

МАРТ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	рогие, милые, любимые	Весна идет!	В гостях у природы	В гостях у театра
Средняя	рогие, милые, любимые	Весна идет!	В гостях у природы	В гостях у театра
Старшая	рогие, милые, любимые	Весна идет!	Наш дом - Земля	В гостях у театра
товительная к школе	рогие, милые, любимые	Весна идет!	Наш дом - Земля	В гостях у театра

АПРЕЛЬ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Птицы – наши друзья	Воздушный транспорт	Книга – лучший друг!	В здоровом теле – здоровый дух!
Средняя	Птицы – наши друзья	Воздушный транспорт	Книга – лучший друг!	В здоровом теле – здоровый дух!
Старшая	Птицы – наши друзья. Птицы нашего края.	Профессия космонавта	Книга – лучший друг!	В здоровом теле – здоровый дух!
товительная к школе	Птицы – наши друзья. Птицы нашего края.	Профессия космонавта	Книга – лучший друг!	В здоровом теле – здоровый дух!

МАЙ

Возрастная группа	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
II младшая	Труд взрослых	Растения в нашей жизни	Мониторинг	
Средняя	Труд взрослых	Растения в нашей жизни	Мониторинг	
Старшая	Труд взрослых	День Победы	Мониторинг	
готовительная к школе	Труд взрослых	День Победы	Мониторинг	

Перспективный план ОД по ОО «Физическое развитие»

Задачи

Способствовать освоению детьми основных движений:

- ходьба и бег в колонне, с выполнением заданий;
- бег, взявшись за руки, по кругу;

с детьми 3-4 года

I квартал

- ползание: на четвереньках по прямой и извилистым дорожкам, за катящимся мячом, по скамейке на четвереньках;
- прыжки на двух ногах с продвижением вперед, в обруч лежащий на полу, на двух ногах на месте в парах сгибая ноги в коленях и работой рук;
- ходьба: по извилистым дорожкам, с перешагиванием предметов, по наклонной доске и спуск с нее, не задевая их и сохраняя равновесие;
- катание мяча двумя руками руг другу, энергично толкая мяч;
- прокатывание мяча между предметами.

Развивать:

- выдержку, внимание;
- умение выполнять задание по сигналу взрослого;
- выполнять правила в подвижных играх.

Воспитывать у детей умение:

- внимательно слушать задание и желание его выполнять;
- выполнять задания вместе, сообща.

Способствовать возникновению желания активно участвовать в подвижных играх. Вызывать чувство радости от общения совзрослыми, от выполнения действий

Содержание ОРУ	**Сентябрь**										**Октябрь**						**Ноябрь**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
в круг,	*	*	*	*																				
в пары	*	*	*	*									*	*			*	*			*	*		
повороты на месте с переступанием			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
друг за другом и воспитателем																								
свободное	*	*			*	*																		
без предметов	*	*	*	*							*	*					*	*	*	*			*	*
врассыпную			*	*	*	*					*	*			*	*							*	*
с погремушками					*	*																		
листочками							*	*	*	*														
с двумя шишками													*	*										
с большим мячом															*	*					*	*		
Ходьба																								
обычная по краям зала за воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в прямом направлении за воспитателем по ориентирам		*	*	*					*	*	*	*					*	*						
друг за другом в разном темпе					*	*			*	*									*	*				
на носках			*	*	*	*					*	*									*	*		
на пятках																								
на месте с высоким подниманием бедра							*	*			*	*	*	*										

в разных направлениях							*	*					*	*	*	*							*	*
Бег																								
обычный в прямом направлении	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*	*	*	*						*	*											*	*
в разных направлениях					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
двумя колоннами																								
под гимнастической палкой																	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки																								
подпрыгивание на двух ногах на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в длину	*	*																						
в обруч, лежащий на полу							*	*	*	*														
через колечки разных цветов и размеров											*	*	*	*										
на двух ногах с продвижением вперед			*	*							*	*			*	*	*	*						
на двух ногах на месте в паре с продвижением вперед															*	*			*	*				
вверх на месте																							*	*
Метание, бросание, ловля																								
захват мяча, поднимание и опускание	*	*																						
катание больших мячей друг другу							*	*	*	*														
прокатывание мяча между предметами											*	*	*	*					*	*				
Ползание, лазание																								
на средних четвереньках			*	*															*					

на средних четвереньках ползание по доске, положенной на пол					*	*																		
на средних четвереньках по извилистой дорожке							*	*																
на четвереньках за катящимся мячом											*	*	*	*	*	*								
по скамейке на четвереньках																			*	*	*	*	*	*
Равновесие																								
ходьба по извилистой дорожке			*	*																				
ходьба по извилистой дорожке с хлопками над головой					*	*																		
ходьба с перешагиванием через предметы									*	*			*	*									*	*
ходьба с перешагиванием через рейки лестницы											*	*												
ходьба по наклонной доске спуск с нее																	*	*	*	*	*	*		
Подвижные игры																								
П/и «Огуречик»	*	*	*	*																				
П/и «Кролики»					*	*	*	*																
П/и «Солнышко и дождик»									*	*	*	*												
П/и «Мой веселый звонкий мяч»													*	*	*	*								
П/и «Догони меня»																	*	*	*	*				
П/и «Лохматый пес»																					*	*	*	*
Физкультурный досуг	«Жили, были сто ребят все ходили в детский сад»								«Осень в гости просим»								«Делай как мама» совместно с мамами							

Задачи:

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

1. Способствовать освоению детьми основных видов движений:
   - ходьба и бег друг за другом,
   - ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия,
   - прокатывание мяча, броски о пол двумя руками и ловля его на месте, не прижимая к груди,
   - прыжки в длину с места с энергичным отталкиванием ногами и приземлением на две согнутые ноги
   - подлезание под дугу не касаясь, пола,
2. Развивать:
   - навык энергичного отталкивания мяча двумя руками,
   - умение по сигналу выпрыгивать из обруча на двух ногах,
   - умение ходить по кругу, держа интервал,
   - координацию движений, выдержку, быстроту реакции,
   - выносливость, координационные способности детей.
3. Вызывать чувство радости от участия в игре, от самой игры, желание проявлять инициативу в игре.
4. Воспитывать доброту и взаимовыручку, интерес к занятиям физкультурой, умение действовать в коллективе сверстников.

Содержание	**Декабрь**								**Январь**								**Февраль**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
друг за другом и воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну друг за другом	*	*	*	*							*	*												
перестроение из шеренги в круг	*	*	*	*									*	*				*	*		*	*		
врассыпную	*	*	*	*											*	*								
построение в пары от обозначенного места																	*	*						

построение из колонны в пары от обозначенного места																			*	*				
построение из колонны в пары по ходу																							*	*
повороты на месте переступанием.	*	*	*	*							*	*					*	*	*	*				
ОРУ																								
с кубиками	*	*	*	*																				
с кольцом					*	*	*	*																
смячом											*	*												
с кубиками													*	*	*	*								
с косичкой (короткий шнур)																	*	*	*	*				
с детской гантелей																					*	*	*	*
Ходьба																								
обычная по краям зала за воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с высоким подниманием ног	*	*									*	*					*	*	*	*				
через гимнастические палки			*	*																				
по кругу вокруг					*	*																		
из обруча в обруч							*	*			*	*	*											
на носках	*	*	*	*							*	*					*	*	*	*				
на пятках	*	*	*	*							*	*					*	*	*	*				
с заданием для рук					*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*
с приседанием					*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*
Бег																								
обычный в прямом направлении	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с высоким подниманием колен	*	*																						
врассыпную	*	*	*	*	*						*	*											*	*

в колонне					*	*							*	*	*	*			*	*	*	*		
в разных направлениях															*	*								
Прыжки																								
вверх с места	*	*	*	*																				
спрыгивание со скамьи в обруч							*	*																
высота 15 см																								
прыжок в длину с места															*	*	*	*	*	*				
прямой галоп																							*	*
Метание, бросание, ловля																								
прокатывание мяча	*	*																						
бросание и ловля мяча двумя руками о пол, стоя на месте					*	*	*	*																
ловля мяча брошенного взрослым (70см)													*											
ловля мяча брошенного взрослым (80см)														*	*	*								
бросание мяча друг другу															*	*								
ловля мяча брошенного взрослым (1-1.5м)см)																	*	*						
бросание мяча вперед двумя руками из-за головы																					*	*		
бросание мяча вперед двумя руками разными способами																							*	*
Ползание, лазание																								
подлезание под дугу			*	*	*	*													*	*				
подлезание под несколько дуг							*	*													*	*		
подлезание под дугами и скамейкой													*	*										
подлезаниев обруч	*														*	*								

перелезание через бревно																			*	*				
перелезание через бревно боком																					*	*	*	*
Равновесие																								
ходьба скамейке, руки на поясе	*	*																						
ходьба скамейке, руки в стороны, на середине перешагнуть через кирпичик			*	*																				
ходьба скамейке разной высоты с мячом в руках					*																			
ходьба скамейке разной высоты с мячом над головой											*	*												
ходьба скамейке на высоких четвереньках																	*	*	*	*				
ходьба скамейке на средних четвереньках																					*	*		
Подвижные игры																								
П/и «Цветные автомобили»	*	*	*	*																				
П/и «Быстро возьми предмет»					*	*	*	*													*	*		
П/и «Веселые зайчата»													*	*	*	*								
П/и «Здравствуй Мишка»																	*	*						
П/и «Птички в гнездышках»																			*	*				
П/и «Погуляем»																					*	*		
П/и «Не задень»																							*	*
Физкультурный досуг	«Здравствуй, Зимушка – зима!»							«Зимнее приключение»							«Бравые солдаты» совместное с папами									

Перспективный план ОД по ОО «Физическое развитие»

с детьми 3-4 года
III квартал

Задачи:

Способствовать освоению детьми основных движений:

- ходьба по предметам, расположенным на расстоянии 15 см друг от друга, по гимнастической скамейке с выполнением заданий, с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на кубыс сохранением равновесия;
- бег прямым галопом;
- бросание мяча: двумя руками от груди и из-за головы, через веревку двумя руками из – за головы, вверх и ловля его двумя руками;
- лазание по лесенке – стремянке и спуск с нее, делая правильный разворот;
- ползание по наклонной доске;
- прыжки через предметы высотой 5-10см, с ноги на ногу;
- метание вдаль правой и левой рукой.

Развивать умение:

- опускать ногу на всю ступню при ходьбе по кирпичикам;
- бегать по диагонали с ускорением;
- правильную осанку, укреплять мышечный корсет;
- делать ровный круг;
- быстроту реакции у детей;
- согласовывать свои действия с действиями других.

Воспитывать:

- уважительное отношение друг к другу;
- умение оказывать друг другу помощь;
- умение радоваться своим и чужим победам;
- желание самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения;
- желание помогать убирать физкультурные пособия после выполнения упражнений.

Содержание	**Март**								**Апрель**								**Май**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
друг за другом и воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

в колонну друг за другом	*	*	*	*							*	*												
перестроение из шеренги в круг		*	*	*	*	*	*	*					*	*				*	*		*	*		
в полукруг	*								*	*														
в колонну по два (парами)			*	*	*	*	*	*	*	*							*	*						
парами, находя свое место в пространстве											*	*	*	*	*	*	*	*	*	*				
повороты на месте переступанием.	*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*			*	*
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*
с флажками									*	*	*	*	*	*	*	*								
Ходьба																								
обычная по краям зала за воспитателем	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
шеренгой	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*				
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*				
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*																
с высоким подниманием колен									*	*	*	*												
на внешней стороне стопы													*	*	*	*	*	*	*	*				
на высоких четвереньках													*	*	*	*	*	*	*	*				
приставным шагом назад и вперед																	*	*	*	*				
Бег																								
обычный в прямом направлении	*	*	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
по кругу	*	*	*	*																			*	*
с ускорением по диагонали	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
змейкой	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*
в колонне по одному					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

со сменой направления					*	*	*	*																
двумя колоннами									*	*	*	*									*	*	*	*
шеренгой																	*	*	*	*				
Прыжки																								
прямой галоп	*	*	*	*	*	*	*	*																
прыжки через предметы (5см)											*	*												
прыжки через предметы (10см)													*	*	*	*								
с ноги на ногу																	*	*						
в длину																							*	*
Метание, бросание, ловля																								
бросание мяча вперед 2-мя руками разными способами	*	*																						
бросание большого мяча через веревку 2-мя руками из-за головы					*	*	*	*	*	*														
бросание мяча вверх и ловля его													*	*										
бросание мяча вверх и ловля его 2-мя руками															*	*	*	*						
метание предметов вдаль правой и левой рукой																					*	*		
метание набивного мяча																							*	*
Ползание, лазание																								
лазание по лесенке стремянке и спуск с нее			*	*																				
лазание по лесенке стремянке и					*	*	*	*																
гимнастической стенке																								
подъем по наклонной доске ходьбой, спуск на ладонях и коленях.											*	*	*	*	*	*								

влезание на гимнастическую стенку																			*	*	*	*		
Равновесие																								
ходьба по предметам с устойчивой поверхностью (15см)	*	*	*	*	*	*	*	*																
ходьба по скамейке руки в стороны									*	*	*	*												
влезание на гимнастическую скамейку и ходьба с заданием													*	*										
ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на кубы																	*	*	*	*	*	*		
Подвижные игры																								
Эстафета «Накорми гуся»	*	*																						*
П/и «Самолеты »			*	*							*			*	*	*						*		
Эстафета «Туннель»					*	*																		
П/и «Лошадка»							*	*																
Эстафета «Накинь обруч»									*	*														
П/и «Карусель»											*	*												
Эстафета «Дружная парочка»													*	*							*			
П/и «Цыплята на полянке»															*	*								
Эстафета «Посади картошку»																	*	*						
П/и «Салют»																			*	*				

Пи «Грачи и автомобиль»																					*	*	*	*
Физкультурный досуг	«Светофор»								«Малыши - крепыши»								«Путешествие в весенний лес»							

<u>Задачи</u>:

Перспективный планОО «Физическое развитие» с детьми 3-4 года
IVквартал

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе: по наклонному бревну, по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики;
   - ползать: на четвереньках по прямой, под шнур, по скамейке;
   - бросать мячодной рукой вперед от плеча; мяч в корзину двумя руками снизу;
   - прыжки: в высоту, в прыжках на двух ногах вокруг предмета, в длину с места приземляться на обе ноги;
   - метать в горизонтальную цель;
   - лазать по наклонной лесенке;
   - бросать мешочки вдаль одной рукой от плеча.
2. Развивать умение:
   - глазомер и ловкость
   - бегать по диагонали с ускорением;
   - правильную осанку, укреплять мышечный корсет;
   - делать ровный круг;
   - быстроту реакции у детей;
   - согласовывать свои действия с действиями других.

3. Воспитывать у детей умение:
   - внимательно слушать задание и желание его выполнять;
   - выполнять задания вместе, сообща;
   - желание самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения

Содержание	**Июнь**								**Июль**								**Август**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*																						
в пары	*	*	*	*									*	*				*	*					
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*						
ОРУ																								
с кубиками	*	*	*	*																				
с кольцом					*	*	*	*																
с гантелями									*	*	*	*												
с мячом													*	*	*	*								
с коротким шнуром																	*	*	*	*				
с малым обручем																					*	*	*	*
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*					*	*	*	*				*		*						
изменением направления	*	*	*	*																				
врассыпную			*	*			*	*																
с высоким подниманием колен					*	*	*	*			*	*									*	*	*	*

на пятках					*	*	*	*					*	*	*	*								
змейкой					*	*	*	*	*	*					*	*	*							
с заданием для рук							*	*			*	*					*	*	*	*	*	*	*	*
в полуприседе																*	*	*	*					
Бег																								
обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*	*	*					*	*		*	*	*									*	*
в колонне					*	*			*	*			*	*	*	*			*	*	*	*		
Прыжки																								
прыжки вверх с места	*	*	*	*					*	*	*	*												
на двух ногах вокруг кольца					*	*	*	*																
в длину с места от шнура до шнура *(расстояние между шнурами 15 см).*													*	*	*	*					*	*	*	*
из обруча в обруч																	*	*	*	*				
Метание, бросание, ловля																								
ловля мяча от инструктора *(расстояние от инструктора до ребенка 70–100 см)*	*	*																						
бросание мяча через веревку			*	*																			*	*
сбивание мячом кегли *(расстояние от ребенка до кегли 1,5м)*					*	*																		
бросание вдаль мяча от груди правой и левой рукой *(расстояние до ориентира 2,5–5 м)*							*	*																
мешочков вдаль правой и									*	*														

левой рукой от плеча																								
катание мяча с попаданием в предметы *(расстояние от ребенка до предмета 1,5 м)*											*	*												
бросание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой от плеча													*	*	*	*								
перебрасывание мяча друг другу в парах *(расстояние между детьми 1,5 м)*																	*	*						
перебрасывание мяча друг другу в парах *(расстояние между детьми 2 м)*																			*	*				
метаниемешочков вдаль правой и левой рукой от плеча																					*	*		
Ползание, лазание																								
ползание по скамейке на четвереньках *(высота скамейки 25 см).*	*	*	*	*																	*	*	*	*
подлезание под шнур *(высота шнура от пола 40 см)*					*	*	*	*																
лазание по наклонной лесенке вверх-вниз *(на высоту 5 реек*									*	*	*	*												
ползание по скамейке *(высота скамейки 25 см).*													*	*	*	*								
пролезание в обруч вперед головой, не задевая обруча																	*	*	*	*				
Равновесие																								

ходьба по доске положенной наклонно	*	*	*	*													*	*	*	*				
ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики *(высота кубиков 25 см)*.					*	*	*	*																
ходьба по бревну, свободно балансируя руками									*	*	*	*												
ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой.													*	*	*	*								
ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове по гимнастической																					*	*	*	*
Подвижные игры																								
П/и «Мы Тольятти родились»	*	*																						
П/и «Солнышко и дождик»			*	*																				
П/и «Воротца»					*	*																		
П/и «Зайцы»							*	*																
П/и «Воробышки и кот»									*	*														
П/и «Лохматый пес»											*	*												
П/и «Найди свой цвет»													*	*										

П/и «Автомобили»															*	*								
П/и «Мыши в кладовой»																	*	*						
П/и «Птички в гнездышках»																			*	*				
П/и «Лягушки»																					*	*		
П/и «У медведя во бору»																							*	*
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето!								«День Нептуна»								««Цветик-семицветик»»							

<u>Задачи:</u>

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

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - бегать с ускорением, сочетать бег с подскоками;
   - прыгать в длину через 4-6 последовательно расположенных линий, энергично отталкиваясь и делая взмах руками вперед;
   - ходить по скамейке, ставя ногу с носка, перешагивая через предметы попеременным способом;
   - прыгать на двух ногах из обруча в обруч без остановки, прыгать с высоты 20-30см, через 2-3 последовательно расположенных предмета;
   - лазать по гимнастической стенке вверх и вниз, лазать по наклонной лестнице, держась руками за перекладины;
   - подлезать под веревку, поднятую на высоту 60см;
   - проползать на животе под скамейкой;
   - бросать мяч: одной рукой об пол и ловить его двумя руками; вверх и ловить его двумя руками, в корзину, двумя руками в стену от груди и снизу, ловля его, через сетку любым способом;
   - отбивать мяч двумя руками;
   - катать: мяч партнеру двумя руками, обруч друг другу;
   - метать мяч: вдаль правой и левой руками, в вертикальную цель, делая правильный замах.
2. Развивать:
   - координацию движений в процессе действий с мячом и обручем;

- умение ориентироваться в пространстве;
- умение видеть и замечать ошибки сверстников и исправлять их.

3. Воспитывать:
   - умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
   - желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми;
   - желание самостоятельно выполнять упражнения;
   - желание соблюдать правила в подвижных играх.

Содержание	**Сентябрь**								**Октябрь**								**Ноябрь**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*					*	*	*	*												
повороты на месте			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по четыре			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в пары									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну друг за другом по росту																	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																								
без предметов	*	*	*	*	*	*	*	*																
с кубиками									*	*	*	*	*	*	*	*								
с флажками																	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в рассыпную	*	*	*	*									*	*	*	*								
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*				
парами					*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего					*	*	*	*									*	*	*	*				

приставным шагом боком					*	*	*	*																
шеренгой с одной стороны на другую					*	*	*	*									*	*	*	*				
на внешней стороне стопы									*	*	*	*									*	*	*	*
семенящим шагом									*	*	*	*					*	*	*	*				
широким шагом									*	*	*	*					*	*	*	*				
гимнастическим шагом									*	*	*	*	*	*	*	*								
приставным шагом с приседом													*	*	*	*					*	*	*	*
с высоким подниманием колен													*	*	*	*								
в приседе																	*	*	*	*				
Бег																								
обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с препятствием	*	*	*	*																				
с ускорением по диагонали	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*
змейкой					*	*	*	*					*	*	*	*								
прямой галоп					*	*	*	*												*	*	*	*	*
на высоких четвереньках прямо					*	*	*	*																
парами									*	*	*	*					*	*	*	*				
с ускорением шеренгой									*	*	*	*	*	*	*	*								
со сменой ведущего									*	*	*	*	*	*	*	*								
подскоки									*	*	*	*												
боковой галоп																	*	*	*	*				
с прыжками на двух ногах с продвижением вперед																					*	*	*	*
Прыжки																								
на 2 ногах стоя на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в длину через 4-6 последовательно расположенных									*	*														

линий																								
из обруча в обруч на двух ногах											*													
в длину через 4-6 последовательно расположенных кругов на двух ногах												*												
в глубину с высоты 20см																	*							
в глубину с высоты 30см																		*						
на двух ногах через 2-3 последовательно расположенных предмета(5см).																			*					
на двух ногах через 2-3 последовательно расположенных предмета(10см).																				*				
Метание, бросание, ловля																								
катать обруч вдаль													*	*										
метание мяча в вертикальную цель													*	*							*	*		
броски мяча вверх и ловля													*	*										
броски мяча об пол и ловля его													*	*										
броски мяча вдаль двумя руками из-за головы															*	*								
броски мяча вдаль двумя руками от головы															*	*								
броски мяча через сетку															*	*								
бросок мяча о стенку и его ловля																					*	*		
метание в горизонтальную цель (2м)																					*	*		
броски мяча в парах от груди																							*	*
прокатывание мяча друг другу из																							*	*

положения сидя, ноги врозь																								
Ползание,лазание																								
ползание под веревку (60см)									*	*														
лазание по гимнастической стенке вверх и вниз											*	*												
проползание на животе под скамейкой																	*	*						
по наклонной лестнице, держась за ее перекладины																			*	*				
Равновесие																								
ходьба по скамейке									*	*														
ходьба по скамейке перешагивая через кубики											*	*												
перешагивание через кубы(40см).																	*	*						
ходьба вверх и вниз по доске,положенной наклонно																			*	*				
Подвижные игры																								
П/и «Ловишки»	*	*																						
П/и «Догони мяч»			*	*																				
П/и «Докати обруч до флажка»					*	*																		
П/и «У медведя во бору»							*	*																
П/и «Мы осенние листочки»									*	*														
П/и «Пилоты»											*	*												
П/и «Догони меня»													*	*										
П/и «Найди себе пару»															*	*								
П/и «Еж с ежатами»																	*	*						
П/и «Перелет птиц»																			*	*				
П/и «Медведь»																					*	*		

П/и «Цветные автомобили»																							*	*
Физкультурные досуг	«Что нам лето подарило»								«Осенние старты»								«Вместе с мамой веселей»							

<u>Задачи:</u>

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

1. Способствовать овладению детьми умениями:
   - прыгать на короткой скакалке;
   - ходить по ограниченной поверхности опоры (бревно, веревка, гимнастическая скамейка, шнур), сохраняя равновесие;
   - лазать по гимнастической стенке, пропуская перекладин;
   - отбивать мяч правой и левой рукой поочередно;
   - бросать мяч через сетку вдаль двумя руками разными способами;
   - ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди;
   - прыгать в длину с места, энергично отталкиваться и приземляясь на две полусогнутые ноги;
   - делать повороты на месте;
   - перестраиваться в колонну по четыре.
2. Развивать:
   - умения быстро реагировать на смену заданий;
   - глазомер, гибкость, ловкость;
   - ловкость и быстроту бега.
3. Воспитывать:
   - желание оценивать двигательные действия других детей;
   - желание участвовать в подвижных играх;
   - доводить начатое дело до конца;
   - умение помогать убирать оборудование по просьбе взрослого.

Содержание	**Декабрь**								**Январь**								**Февраль**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*			
построение по росту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*			
в колонну по четыре	*	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		
в колонну по одному						*	*	*	*								*	*	*	*				
по подгруппам																	*	*	*	*	*	*		
в колонну по два																	*	*	*	*	*	*		
ОРУ																								
с большим мячом	*	*	*	*	*	*	*	*																
без предметов													*	*	*	*								
с обручем																	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба																								
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*	*	*									*	*	*	*								
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*
мелким и широким шагом	*	*	*	*													*	*	*	*				
гимнастическим шагом	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*				
парами					*	*	*	*																
со сменой ведущего					*	*	*	*																
на пятках					*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*				
приставным шагом прямо с приседом					*	*	*	*													*	*	*	*
приставным шагом боком													*	*	*	*								
со сменой ведущего																	*	*	*	*				
на внешней стороне стопы																					*	*	*	*
с высоким подниманием колен																					*	*	*	*
Бег																								

обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
парами	*	*	*	*													*	*	*	*				
с ускорением шеренгой	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*				
на высоких четвереньках	*	*	*	*	*	*	*	*																
змейкой	*	*	*	*									*	*	*	*					*	*	*	*
бег за мячом																								
челночный бег 2*10																								
с высоким подниманием ног из обруча в обруч																								
с ускорением по диагонали													*	*	*	*	*	*	*	*				
со сменой ведущего													*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
прямой галоп													*	*	*	*	*	*	*	*				
мелким и широким шагом																	*	*	*	*	*	*	*	*
подскоки																	*	*	*	*				
Прыжки																								
с ноги на ногу	*																							
из обруча в обруч	*																							
через обручи, лежащие на полу		*																						
с короткой скакалкой			*	*																				
в длину с места																	*	*						
в длину через 6 линий																			*					
в длину через 6 кубиков																				*				
Катание, бросание, ловля																								
броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками					*	*							*	*										

броски мяча о пол одной рукой и ловля двумя					*	*							*	*										
метание о стену малого мяча из разных и.п.					*	*									*	*					*	*	*	*
стойка баскетболиста							*	*																
бросок баскетбольного мяча о пол и ловля							*	*																
бросок баскетбольного мяча о пол и ловля в движении							*	*																
бросок мяча 2-мя руками вниз и ловля в движении по всему залу													*	*										
бросок мяча 2-мя руками вверх и ловля в движении по всему залу													*	*										
бросок большого мяча от груди вдаль															*	*								
бросок мяча через сетку															*	*								
метание малого мяча в вертикальную цель (2м)																					*	*	*	*
метание малого мяча в горизонтальную цель (2м)																					*	*		
катание мяча друг другу сидя, ноги врозь																							*	*
катание мяча в ворота																							*	*
Ползание, лазание																								
ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под скамейку	*	*																						
лазание по гимнастической стенке			*	*																				
ползание на животе по скамейкой																	*	*						
ползание по скамейке на																			*					

четвереньках																								
лазание по наклонной лестнице																				*				
Равновесие																								
ходьба по горизонтальному бревну (25см)	*	*																						
ходьба по веревке приставным шагом			*																					
ходьба по наклонной доске				*																				
ходьба по шнуру с мешочком на голове																	*							
ходьба по доске, лежащая на предметах высотой 8см																		*						
ходьба по скамейке, нога с носка																			*	*				
Подвижные игры																								
П/и «Самолеты»	*	*																						
П/и «Лови-бросай»			*	*																				
П/и «Не боимся мы кота»					*	*																		
П/и «Вороны»							*	*																
П/и «Снежки и ветер»													*	*										
П/и «Веселые зайчата»															*	*								
П/и «Чья колонна быстрее построится?»																	*	*						
П/и «Мы веселые ребята»																			*	*				
П/и «Ловишки с ленточкой»																					*	*		
П/и «Заячий концерт»																							*	*
Физкультурный досуг	«В гости к елочке»								«Вот зима кругом бело»								«Дружно, весело играя, мы здоровья							

			прибавляем!»

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

Задачи:

1.Способствовать освоению детьми основных движений:

- бегать с ускорением по диагонали, боковым галопом, с выполнением задания;
- прыгать: на двух ногах с продвижением вперед, в глубину с высоты 20-30см, через 2-3 последовательно расположенных предмета с активной работой рук, с короткой скакалкой, вверх с места;
- сохранять равновесие при ходьбе: по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов, по наклонной доске вверх и вниз, по горизонтальному бревну высотой 20-30см, по веревке приставным шагом по бревну боком приставным шагом;
- лазать: по лесенке стремянке, по наклонной лестнице, по гимнастической стене вверх и вниз;
- ползать по скамейке на животе;
- метать через натянутую веревочку вдаль левой и правой рукой из разных и.п, в вертикальную цель.;
- бросать мяч: двумя руками вверх, об пол и ловить его, в корзину двумя руками способом от груди, вверх и ловить его в движении, вдаль и через сетку разными способами, в стену и ловить его;
- отбивать мяч: одной рукой и двумя руками, стоя на месте, любым способом в движении.

2.Развивать:

- вестибулярный аппарат, ловкость, внимание;
- глазомер, силу рук, силу мышц брюшного пресса.

3.Воспитывать у детей:

- желание помогать друг другу;
- желание участвовать в играх;
- умение доводить начатое дело до конца;
- уважение к достижениям сверстников;
- желание действовать сообща со сверстниками, начинать и заканчивать упражнение все вместе.

Содержание	Март	Апрель	Май

Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*
по подгруппам	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								
в колонну по четыре	*	*	*	*	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по два	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																								
с обручем	*	*	*	*																	*	*	*	*
с гимнастической палкой					*	*	*	*																
с большим мячом									*	*	*	*					*	*	*	*				
с коротким шнур													*	*	*	*								
с обручем																								
с гимнастической палкой																								
с мешочками																								
Ходьба																								
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*	*	*									*	*	*	*					*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*
широким и мелким шагом	*	*	*	*																				
шеренгой	*	*	*	*	*	*	*	*																
в приседе	*	*	*	*																				
со сменой ведущего					*	*	*	*																
приставным шагом в полуприседе					*	*	*	*					*	*	*	*								
парами									*	*	*	*					*	*	*	*				

на внешней стороне стопы									*	*	*	*					*	*	*	*				
гимнастическим шагом									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*				
Бег																								
в колонне по одному	*	*	*	*					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
парами	*	*	*	*					*	*	*	*												
с ускорением по диагонали	*	*	*	*	*	*	*	*																
боковой галоп	*	*	*	*																				
змейкой					*	*	*	*					*	*	*	*					*	*	*	*
прямой галоп					*	*	*	*																
на высоких четвереньках					*	*	*	*																
с ускорением шеренгой									*	*	*	*	*	*	*	*								
со сменой ведущего									*	*	*	*												
подскоки									*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*
Прыжки																								
с продвижением вперед	*	*																						
в глубину (30см)			*	*																				
последовательно через 3 предмета (5см высота предмета)									*	*														
с ноги на ногу											*	*												
из обруча в обруч											*	*												
с короткую скалку																	*	*						
в верх с места																			*	*				
в длину с места																								
Метание, бросание, ловля																					*			
броски мяча вверх, ловля его двумя руками					*									*										

броски мяча одной рукой об пол, ловля двумя руками					*									*										
метание теннисного мяча вдаль правой и левой рукой из разных и.п.						*																		
метание теннисного мяча через веревочку из разных и.п..						*																		
броски большого мяча об пол 2мя руками и ловля его							*							*										
бросок большого мяча о пол и ловля его в движении							*							*										
отбивание большого мяча двумя руками с одновременным подпрыгиванием							*																	
отбивание большого мяча поочередно правой, левой руками							*																	
броски в корзину							*																	
катать обруч вдаль													*											
катать обруч вдаль и бежать за ним													*											
катание мяча в вертикальную цель													*											
Ползание, лазанье																								
ползание на четвереньках	*	*																						
лазание по лесенке стремянке			*	*																				
ползание на предплечиях и коленях по скамейке									*	*														
лазание по гимнастической стенке вверх и вниз											*	*					*	*						
ползание по скамейке на животе																	*	*						
ползание по скамейке на четвереньках																			*	*				

Равновесие																								
ходьба по гим.настической скамейке с перешагиванием через набивные мячи	*	*																						
перешагивание через рейки лестницы			*	*																				
ходьба вверх и вниз по доске, положенной наклонно							*	*																
ходьба по горизонтальному бревну									*	*														
ходьба по веревке приставным шагом																	*	*	*	*				
ходьба по бревну боком приставным шагом																					*	*	*	*
Подвижные игры																								
П/и «Автомобили»	*	*																						
П/и «Куры и цыплята»			*	*																				
П/и «Грачи и автомобиль»					*	*																		
П/и «Жуки»							*	*																
П/и «Совушка?»									*	*														
П/и «Не боюсь»											*	*												
П/и «Карусель»													*	*										
П/и «Цыплята на полянке»															*	*								
П/и «Ловишка с мячом»																	*	*						
П/и «Салют»																			*	*				
П/и «Салки приседалки»																					*	*		
П/и «Салки замерзалки»																							*	*
Физкультурный досуг	«Поиграем мы с мячами»								«Весна, весна на улице»								«Есть у солнышка друзья»							

Перспективный план ОД ОО «Физическое развитие»
с детьми 4-5 лет
IVквартал

Задачи:

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - лазатьпо гимнастической стенке с переходом на другой пролет;
   - перебрасывать мяч двумя и одной руками из-за головы через препятствия;
   - ползать: по наклонной доске вверх-вниз,поддугами,под шнуром;
   - прыгать в длину с места, энергично отталкиваясь;
   - бросать мяч: в баскетбольное кольцо,через шнур;
   - ходитьи бегать: по кругу, с изменениемнаправления движения,змейкой, врассыпную;
   - сохраняя равновесие: ходить по гимнастической скамейке приставным шагом; по скамейке с перешагиванием через кубики;
   - метать в горизонтальную цель.
2. Развивать:
   - координацию движений в процессе действий с мячом и обручем;
   - умение ориентироваться в пространстве;
   - умение видеть и замечать ошибки сверстников и исправлять
3. Воспитывать:
   - умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
   - желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми;
   - желание самостоятельно выполнять упражнения;
   - желание соблюдать правила в подвижных играх.

Содержание	**Июнь**								**Июль**								**Август**							
Номер ОД	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Построения																								

в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную	*	*																						
в пары	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*				
в колонну друг за другом по росту			*	*	*	*									*	*	*	*						
перестроение в три колонны								*	*	*	*	*					*	*			*	*		
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																								
с мячом среднего размера	*	*	*	*																				
с гимнастической палкой					*	*	*	*									*	*	*	*				
с обручем									*	*	*	*												
с большим мячом													*	*	*	*					*	*	*	*
Ходьба																								
обычная	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*					*	*	*	*
с высоким подниманием колен	*	*	*	*	*	*	*	*													*	*	*	*
в полуприседе	*	*	*	*	*	*	*	*																
врассыпную	*	*	*	*																				
с высоким подниманием колен					*	*	*	*	*	*	*	*												
внешнем своде стопы					*	*	*	*	*	*	*	*												
змейкой									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*				
с перешагиванием через предметы													*	*	*	*	*	*	*	*				
Бег																								
обычный	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
змейкой	*	*	*	*									*	*	*	*	*	*	*	*				

врассыпную	*	*	*	*																				
по часовой и против часовой стрелке					*	*	*	*																
боковой галоп									*	*	*	*												
быстрый													*	*	*	*					*	*	*	*
спиной вперед									*	*	*	*												
легкий									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
подскоки																					*	*	*	*
Прыжки																								
боком через канат, лежащий на полу.	*	*	*	*																	*	*	*	*
в длину с места.					*	*	*	*					*	*	*	*								
перепрыгивание через бруски *(высота брусков 6 см).*									*	*	*	*												
на двух ногах через шнуры *(расстояние между шнурами 20–25 см).*																	*	*	*	*				
Метание, бросание, ловля																								
перебрасывание мяча одной и двумя руками из-за головы через препятствия с расстояния 2 м.	*	*	*	*																				
бросание мяча от груди из-за головы в баскетбольное кольцо с расстояния 1,5–2 м					*	*	*	*																
перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы в парах									*	*	*	*												
метание мешочков вдаль правой и левой рукой до ориентира													*	*	*	*								
перебрасывание мяча снизу, из-за																	*	*	*	*				

головы в парах																								
прокатывание обруча между предметами *(расстояние между предметами 40–50 см).*																					*	*	*	*
Ползание, лазание																								
пролезание в обруч боком *(обруч поднят над полом на высоту 10 см*	*	*																						
по гимнастической стенке с переходом на другой пролет			*	*																				
ползание по наклонной доске вверх-вниз					*	*	*	*													*	*	*	*
подлезание под шнур *(высота шнура от пола 40–50 см).*									*	*	*	*					*	*	*	*				
по гимнастической лесенке вверх-вниз приставным и чередующимся шагом													*	*	*	*								
Равновесие																								
ходьба по бревну, руки в стороны *(высота бревна 20–25 см).*	*	*	*	*													*	*	*	*				
ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове *(высота скамейки 15–20 см).*					*	*	*	*																
ходьба по скамейке приставным шагом боком *(высота скамейки 20–25 см*									*	*	*	*									*	*	*	*
ходьба по скамейке с													*	*	*	*								

перешагиванием через кубики *(высота кубиков 15–20 см).*																								
Подвижные игры																								
П/и ««Ловишки с ленточкой»»	*	*	*	*																				
П/и «Лягушки»					*	*	*	*																
П/и «Ловишки»									*	*	*	*												
П/и «Кролики»													*	*	*	*								
П/и «Цветные автомобили»																	*	*	*	*				
П/и «Лошадки»																					*	*	*	*
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето!»								«День Нептуна»								««Цветик-семицветик»»							

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
Іквартал
старшаягруппа

<u>Задачи:</u>

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - вбегать и сбегать по наклонной доске;
   - прыгать: в высоту с места на возвышение, на двух ногах с продвижением вперед по узкой дорожке, на скакалке, на двух ногах боком с продвижением вперед, в длину с места, в высоту с разбега;
   - сохранять равновесие при ходьбе: по скамейке с разным положением рук, по канату, по бревну, разводя носки в стороны;
   - влезать по наклонной лестнице, слезать по вертикальной;
   - бросать мяч: об стену и ловить с выполнением различных заданий, вверх и вниз, ловить его двумя руками с выполнением различных заданий, через сетку разными способами в парах из разных исходных положений;
   - метать мяч в горизонтальную и вертикальную цель;
   - отбивать мяч разными способами на месте и в движении;
   - катать обручи вдаль;

- вращать обручи на талии;
- отбивать шар ракеткой на месте, в движении, в парах;
- лазать по гимнастической стенке чередующим шагом, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет;
- передвигаться по дну бассейна на руках;
- открывать глаза в воде;
- выдох на воду;
- скольжение в воде со вспомогательными снарядами.

2.Развивать:

- координацию движений в процессе действий с мячом и обручем;
- силу рук, ловкость;
- умение ориентироваться в пространстве.

3.Воспитывать:

- желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми;
- доброжелательное и уважительное отношение к сверстникам в процессе двигательной деятельности;
- желание точно и правильно выполнять упражнения;
- упорство в достижении поставленной цели.

4.Побуждать детей к самостоятельному проведению упражнений по своей инициативе.

Содержание /месяц	Сентябрь												Октябрь												Ноябрь											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгупоросту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по четыре	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
в колонну по два													*	*		*	*														*	*		*	*	
в круг																									*	*		*	*		*	*		*	*	
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
без предметов	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
с кубиками													*	*		*	*		*	*		*	*													
с надувными кругами															*			*			*			*												
с мячом																									*	*	*	*	*	*						
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
в полуприседе							*	*	*	*	*	*																								
широким шагом							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
мелким шагом							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
перекатом													*	*	*	*	*	*																		
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с препятствием	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
на носках							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*

с ускорением по диагонали							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*
спиной вперед													*	*	*	*	*	*																		
с ускорением 4-ми													*	*	*	*	*	*																		
подскоки													*	*	*	*	*	*																		
с высоким подниманием колен													*	*	*	*	*	*																		
широким шагом																			*	*	*	*	*	*												
мелким шагом																			*	*	*	*	*	*												
змейкой																			*	*	*	*	*	*												
со сменой ведущего																			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
с захлестыванием голени																									*	*	*	*	*	*						
с ускорением по сигналу																									*	*	*	*	*	*						
Прыжки																																				
в длину с места	*	*																																		
на 2 ногах стоя на месте	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
в высоту с места (20см)													*	*																						
с продвижение вперед																*	*																			
в глубину высотой 30см																*	*																			
на двух ногах боком с продвижением вперед																									*	*										
на скакалке																									*	*										
на двух ногах поочередно правым и левым боком с продвижением вперед																									*	*										
в длину с места																												*	*							
в длину с разбега																												*	*							
из обруча в обруч																												*	*							
в высоту с разбега																												*	*							

Метание, бросание, ловля																																				
вдаль	*																																			
в горизонтальную цель		*																*																		
броски мяча об стену, ловля 2-мя руками способом снизу							*	*																												
в вертикальную цель							*	*											*																	
отбивание мяча двумя руками в движении										*	*																									
отбивание мяча поочередно правой, левой рукой, стоя на месте.										*	*																							*	*	
броски мяча 2-мя руками от груди в корзину										*	*																							*	*	
катание обруча вдаль																		*																		
вращение обруча на талии																		*																		
броски мяча вверх одной рукой, ловля двумя																			*																	
броски мяча вниз об пол одной рукой, ловля двумя																			*																	
броски мяча вниз одной рукой, ловля двумя в движении																			*																	
броски мяча способом снизу в парах																					*															
броски мяча способом																					*															

от груди в парах																																				
броски с отскоком об пол в парах																				*																
броски мяча стоя на коленях, в парах																					*															
броски мяча сидя на полу, в парах																					*															
броски мяча через сетку любым способом																					*															
отбивание воздушного шара ракеткой на месте																														*	*					
отбивание воздушного шара ракеткой в движении																														*	*					
отбивание воздушного шара ракеткой в паре																														*	*					
Лазание, ползание																																				
ползание на четвереньках «змейкой», под дугами												*	*																							
ползание под дугами												*	*																							
ползание на четвереньках «змейкой» между конусами												*	*																							
влезание по наклонной лестнице, слезание по вертикальной												*	*																							
ползание на предплечьях и коленях под дугами															*																					
ползание на предплечьях и коленях между															*																					

конусами																																				
лазание по гимнастической стенке чередующим шагом																*								*												
проползание на предплечьях и коленях по скамейке																								*												
лазание по гимнастической стенке, спуск по наклонной доске																									*											
ползание по скамейке, стоя на коленях, потягиваясь руками																											*									
лазание по гимнастической стенке, поднимаясьвверх по диагонали с пролета на пролет																												*								
Равновесие																																				
ходьба по скамейке на носках с различным положением рук												*	*															*								
вбегание и сбегание по наклонной доске												*	*		*	*																				
ходьба по узкой доске, приставляя пятку к носку															*	*																				
ходьба по канату, разводя носки в стороны																								*				*								
ходьба с																									*											

перешагиванием куба высотой 20см																																					
Ходьба по бревну																											*										

Подвижные игры																																					

П/и «Море волнуется раз»			*			*																														
П/и «Мяч на воде»									*																											
П/и «Мяч в воздухе»												*																								
П/и «Караси и щука»															*			*																		
П/и «Водные эстафеты»																					*			*												
П/и «Кто дальше под водой»																											*			*						
П/и «Переправа»																																	*			*
П/и «Кот и мыши»	*	*																																		
П/и «Сети»				*	*																															
П/и «Медведь»							*	*																												
П/и «Салки в два круга»										*	*																									
П/и «Собери мячи»													*	*																						
П/и «Хитрая лиса»																*	*																			
П/и «Удочка»																			*	*																
П/и «Ловишки»																						*	*													
П/и «По местам»																									*	*										

П/и «Мяч капитану»																												*	*								
П/и «Мышеловка»																															*	*					
П/и «Пожарные на учении»																																		*	*		
Физкультурный досуг	«На спортивную площадку осень в гости к нам пришла»												«Осенние старты»												«Вместе с мамой веселей»												

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
Старшая группа
II квартал

<u>Задачи</u>

1. Способствовать овладению детьми умениями:
   - сохранять равновесие при ходьбе по скамейке разными способами и с выполнением разных заданий;
   - прыгать в длину с разбега, отталкиваясь одной ногой, а приземляясь на две полусогнутые ноги;
   - прыгать на короткой скакалке, сочетая движения рук и ног;
   - группироваться в прыжках в длину с разбега;
   - лазать по гимнастической стенке: переходя с пролета на пролет;чередующим шагом;
   - метать в горизонтальную и вертикальную цели, дифференцировать силу замаха в зависимости от расстояния и веса предмета;
   - отбивать мяч любым способом на месте и в движении, с выполнением различных заданий;
   - катать обруч вдаль в парах, соблюдая первоначальное и.п.;
   - погружаться в воду без опоры;
   - скольжения в воде в сочетании с выдохом в воду;
   - скользить в воде на груди с работой ног кролем (без опоры, на задержке дыхания, с выдохом в воду);
   - скользить в воде на спине, отталкиваясь от дна.
2. Развивать:
   - силу мышц спины, рук, глазомер, ловкость, силу брюшного пресса;
   - умение быстро реагировать на смену заданий;
   - умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в игре;
   - развивать дыхательный аппарат, повышая ЖЕЛ.
3. Воспитывать:

- желание оценивать двигательные действия других детей;
- доброжелательность и уважительные отношения к сверстникам в ходе образовательной деятельности;
- желание действовать сообща со сверстниками, начинать и заканчивать упражнение всем вместе;
- интерес к обучению плаванию: рассказать о соревнованиях по плаванию, о способах плавания;
- упорство в достижении поставленной цели;
- осознанное отношение к своему здоровью.

Содержание/месяц	**Декабрь**												**Январь**												**Февраль**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по четыре	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
в колонну по два													*	*		*	*														*	*		*	*	
в круг																									*	*		*	*		*	*		*	*	
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
без предметов	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
с кубиками													*	*		*	*		*	*		*	*													
с надувными кругами															*			*			*			*												
с мячом																									*	*	*	*	*	*						
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
в полуприседе							*	*	*	*	*	*																								
широким шагом							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*

мелким шагом							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
перекатом													*	*	*	*	*	*																		
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с препятствием	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
на носках							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
с ускорением по диагонали							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*
спиной вперед													*	*	*	*	*	*																		
с ускорением 4-ми													*	*	*	*	*	*																		
подскоки													*	*	*	*	*	*																		
с высоким подниманием колен													*	*	*	*	*	*																		
широким шагом																			*	*	*	*	*	*												
мелким шагом																			*	*	*	*	*	*												
змейкой																			*	*	*	*	*	*												
со сменой ведущего																			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
с захлестыванием голени																									*	*	*	*	*	*						
с ускорением по сигналу																									*	*	*	*	*	*						
Прыжки																																				
на возвышение высота 20см	*	*																																		
в длину с разбега	*	*																																		
в глубину с высоты 30см в обозначенное место				*	*																															
в высоту с места через предметы разной высоты				*	*																															

на двух ногах по доске с продвижением вперед																								*	*										
на скакалке																								*	*										
на двух ногах по доске, лежащей на кирпичиках с продвижением вперед																								*	*										
на двух ногах боком с продвижением вперед																											*	*							
в высоту с разбега																											*	*							
на 2-х нога поочередно правым левым боком с продвижением вперед																											*	*							
Метание, бросание, ловля																																			
бросок малого мяча о стену способом от груди, хлопок в ладоши и ловля мяча							*	*																											
бросок малого мяча о стену способом от груди, хлопок в ладоши и ловля мяча							*	*										*																	
бросок малого мяча о стену способом от груди с отскоком об пол и ловля мяча							*	*																											
бросок мяча о стену способом от груди с отскоком об пол, хлопок в ладоши и ловля мяча							*	*											*																
метание в							*	*																											

горизонтальную цель малого мяча снизу правой и левой рукой с рас.4м																																				
метание малого мяча в вертикальную цель, высота 2м от пола							*	*																										*	*	
отбивание баскетбольного мяча 2-мя руками, стоя на месте										*	*																							*	*	
отбивание баскетбольного мяча 2-мя руками с поворотом на 180										*	*																									
отбивание мяча поочередно правой и левой рукой, стоя на месте										*	*																									
отбивание мяча 2-мя руками, двигаясь в колонне по одному										*	*																									
отбивание мяча 2-мя руками, двигаясь в колонне по одному с поворотом на 180гр										*	*																									
отбивание мяча одной рукой, двигаясь в колонне по одному										*	*																									
отбивание мяча 2-мя руками, двигаясь боковым галопом										*	*																									

броски мяча способом от груди в парах									*	*																									
отбивание мяча поочередно правой и левой рукой									*	*																									
броски мяча в корзину 2-мя руками способом снизу									*	*																									
катание обруча вдаль и бег за ним																		*	*																
катание обруча в парах																		*	*																
вращение обруча на талии																		*	*																
прыжки с обручем как со скакалкой																		*	*																
броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его, стоя на месте и в движении																		*	*																
броски малого мяча вниз об пол одной рукой и ловля его, стоя на месте и в движении																		*	*																
броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его, стоя на месте и в движении																		*	*																
броски мяча вверх, хлопок в ладоши, ловля мяча																		*	*																
броски мяча вниз,																		*	*																

хлопок в ладоши, ловля мяча																																			
броски мяча вверх, хлопок под ногой, ловля мяча																		*	*																
броски мяча вверх, хлопок в ладоши, ловля мяча после отскока от пола																		*	*																
в движении броски мяча вверх, хлопок в ладоши, ловля мяча																		*	*																
метание в горизонтальную цель любым способом																		*	*																
метание в вертикальную цель любым способом																		*	*																
броски большого мяча в парах с отскоком от пола																					*	*													
броски большого мяча в парах в движении																					*	*													
броски большого мяча в парах через сетку с обманными движениями																					*	*													
броски большого мяча через сетку любым способом																					*	*													
Игра «Пионербол»																					*	*													
отбивание шара ракеткой на месте																														*	*				
отбивание шара																														*	*				

ракеткой в движении																																			
отбивание шара ракетками в парах																													*	*					
отбивание шара ракетками в парах через сетку																													*	*					
вращение ракетки кистью руки вправо и влево																																*	*		
перекладывание ракетки из руки в руку																																*	*		
удержание мяча на ракетке																																*	*		
удержание мяча на ракетке в движении																																*	*		
мяч об пол одной рукой и ловить его ракеткой другой рукой																																*	*		
мяч вверх и ловля его ракеткой, отбивая его несколько раз подряд																																*	*		
подбросить мяч несколько раз подряд ракеткой на месте																																*	*		
подбросить мяч несколько раз подряд ракеткой в движении																																*	*		
Лазание, ползание																																			
ползаниепоа скамейке лежа на животе	*	*										*	*																						
лазание по гимн. стенке	*	*										*	*																						

до 4 перекладины, роходя с пролета на пролет																																			
пролезание в обруч разными способами				*	*								*	*											*	*									
влезание на гимн. стенку по наклонной лестнице				*	*								*	*														*	*						
по гимнастической стенке чередующим шагом																									*	*									
ползание на четвереньках между конусами																												*	*						
Равновесие																																			
ходьба по скамейке боком приставным шагом с полуприседами	*	*																																	
ходьба по скамейке с остановкой на середине и поворотом на 360 гр	*	*																																	
ходьба по скамейке боком приставным шагом с полуприседами через предметы				*	*																														
ходьба по скамейке с выполнением задания				*	*																														
ходьба с перешагиванием куба высота 20см																									*	*									
ходьба по с предметом на голове, перешагивая																									*	*		*	*						

предметы																																				
ходьба по скамейке на носках с различным положением рук																											*	*								
Подвижные игры																																				
П/и «Фонтан»			*																																	

П/и «Утки и нырки»						*																														
П/и «Крокодилы на охоте»									*																											
П/и «Дельфины»												*																								
П/и «Самая быстрая пара»																					*															
П/и «Торпеды»																								*												
П/и «Кто вперед?»																											*									
П/и «Искатели сокровищ»																														*						
П/и «Караси и щука»																																*			*	
П/и «Поймай мяч»	*	*																																		
П/и «Мороз – Красный нос»				*	*																															
П/и «Снежна Королева»							*	*																												
П/и «Ловишки - елочки»										*	*																									
П/и «Северный и южный ветер»																		*	*																	
П/и «Белые медведи»																						*	*													
П/и «Два и три»																									*	*										
П/и «Меткий стрелок»																												*	*							
П/и «Ловишка, бери ленту»																															*	*				
П/и «Освободители»																																		*	*	
Физкультурный досуг	«Зимушка красавица в гости к нам пришла»												«Зимние забавы»												«Бравые солдаты»											

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
Старшая группа
III квартал

Задачи:

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - прыгать в длину с разбега, через скакалку, в высоту с места, в глубину с высоты в обозначенное место, по доске с продвижением вперед, в высоту с разбега;
   - сохранять равновесие: при ходьбе по гимнастической скамейке с предметом на голове, перешагивая через предметы, по бревну с разведением носков в стороны, при ходьбе по скамейке боком, приставным шагом с полуприседами;
   - лазать по гимнастической стенке поднимаясь: вверх по диагонали с пролета на пролет, до четвертой перекладины, чередующим шагом;
   - влезать и слезать по наклонной лестнице;
   - пролезать в вертикально расположенный обруч прямо и боком;
   - бросать мяч: об стену разными способами и с разными заданиями и ловить его, двумя руками от груди в корзину, вверх и вниз с выполнением разных заданий на месте и в движении;
   - метать в горизонтальную и вертикальную цели любым способом;
   - отбивать мяч любым способом на месте и в движении;
   - катать обручи в парах;
   - отбивать шар ракеткой на месте и в движении;
   - погружаться вводу с передвижением и ориентированием под водой;
   - нырять с выдохом в воду;
   - скользить на спине, отталкиваясь от стенки бассейна;
   - двигать ногами в воде, опираясь на руки;
   - гребковые движения руками в скольжении.

2. Развивать:

   - силу мышц рук, брюшного пресса;
   - умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

3. Воспитывать:

   - дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
   - доводить начатое дело до конца;
   - желание действовать сообща со сверстниками, начинать и заканчивать упражнение всем вместе;
   - уважение к достижениям сверстников.

4. Побуждать к проявлению самостоятельности и творчество в двигательной деятельности.

5. Способствовать соблюдение техники безопасности при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.

Содержание /месяц	**Март**												**Апрель**												**Май**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу по росту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по четыре и наоборот	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
в колонну по два и наоборот													*	*		*	*														*	*		*	*	
в круг													*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
с скамейкой	*	*		*	*		*	*		*	*																				*	*	*	*	*	*
без предметов													*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
с надувными кругами			*			*			*			*															*			*			*			*
с кольцом																																				
в паре																									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
гимнастическим шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего				*	*		*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*						
в полуприседе приставным шагом				*	*		*	*	*	*	*	*																								

широким шагом												*	*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
мелким шагом												*	*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
перекатом																			*	*		*	*													
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с препятствием	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
врассыпную																			*	*	*	*	*	*												
спиной вперед	*	*		*	*																				*	*		*	*							
с ускорением 4-ми																			*	*		*	*													
подскоки																																				
с высоким подниманием колен																			*	*		*	*													
широким шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
мелким шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
змейкой																																				
со сменой ведущего													*	*		*	*																			
с захлестыванием голени							*	*		*	*																									
с ускорением по диагонали	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*	
с прыжками	*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*							
с прыжками на одной ноге							*	*		*	*																									
на носках													*	*		*	*																			
Прыжки																																				
из обруча в обруч	*	*																										*	*							
в длину с разбега	*	*																										*	*							
через обруч	*	*																										*	*							
на возвышение высота 20см				*	*																															

на двух ногах по доске с продвижением вперед																																			
на скакалке				*	*										*	*																			
в высоту с места через модули разной высоты												*	*																						
В глубину с высоты30см в обозначенное место												*	*																						
На 2-х ногах с продвижением по доске															*	*		*	*																
на 2-х нога боком продвижением вперед																								*	*										
в высоту с разбега																								*	*										
Метание, бросание, ловля																																			
бросок малого мяча о стену способом от груди, хлопок в ладоши и ловля мяча						*																													
бросок малого мяча о стену способом от груди, хлопок в ладоши и ловля мяча						*											*																		
бросок малого мяча о стену способом от груди с отскоком об пол и ловля мяча						*																													
метание в горизонтальную цель малого мяча любым способом правой и левой рукой с рас.4м						*			*																										

метание малого мяча в вертикальную цель, высота 2м от пола						*			*																								*	*	
отбивание баскетбольного мяча 2-мя руками, стоя на месте и в движении							*																										*	*	
отбивание баскетбольного мяча 2-мя руками с поворотом на 180							*																												
отбивание мяча поочередно правой и левой рукой, двигаясь в колонне по одному с поворотом на 180гр							*																												
отбивание мяча одной рукой, двигаясь в колонне по одному							*																												
отбивание мяча 2-мя руками, двигаясь боковым галопом							*																												
броски мяча вверх на месте и в движении, хлопок в ладоши, ловля мяча									*																										
броски мяча вниз на месте и в движении, хлопок в ладоши, ловля мяча									*																										
броски мяча вверх на									*																										

месте и в движении, хлопок в ладоши, ловля мяча после отскока от пола																																			
броски большого мяча в парах с отскоком от пола																																			
броски большого мяча в парах в движении											*																								
броски большого мяча в парах через сетку с обманными движениями											*																								
броски большого мяча через сетку любым способом											*																								
Игра «Пионербол»											*																								
отбивание шара ракеткой на месте																		*	*																
отбивание шара ракеткой в движении																		*	*																
отбивание шара ракетками в парах																		*	*																
отбивание шара ракетками в парах через сетку																		*	*																
перекладывание ракетки из руки в руку																					*	*													
удержание мяча на ракетке																					*	*													
удержание мяча на ракетке в движении																					*	*													
мяч об пол одной рукой																					*	*													

и ловить его ракеткой другой рукой																																			
мяч вверх и ловля его ракеткой, отбивая его несколько раз подряд																					*	*													
подбросить мяч несколько раз подряд ракеткой на месте																					*	*													
подбросить мяч несколько раз подряд ракеткой в движении																					*	*													
Лазание, ползание																																			
ползание па скамейке, стоя на коленях, подтягиваясь руками													*	*																					
лазание по гимн. стенке до 4 перекладины, проходя с пролета на пролет				*	*																														
влезание по наклонной лестнице, слезать по вертикальной													*	*										*	*										
влезание на гимн. стенку поднимаясь по диагонали с пролета на пролет	*	*																									*	*							
ползание по скамейке, лежа на животе															*	*																			
ползание на предплечьях и коленях между конусами	*	*																																	

ползание на предплечьях и коленях по скамейке				*	*																															
лазание по гимнастической стенке чередующим шагом																*	*																			
пролезание в обруч сверху, снизу																									*	*		*	*							
Равновесие																																				
ходьба по скамейке боком приставным шагом с полуприседами	*	*																																		
ходьба по скамейке с остановкой на середине и поворотом на 360 гр	*	*																																		
ходьба по скамейке боком приставным шагом с полуприседами через предметы				*	*																															
ходьба по скамейке с выполнением задания				*	*																															
ходьба с перешагиванием куба высота 20см																									*	*										
ходьба по с предметом на голове, перешагивая предметы																									*	*		*	*							
ходьба по скамейке на носках с различным положением рук																												*	*							
Подвижные игры																																				

П/и «Найди свой предмет»			*			*																															
П/и «Отдых пловца»									*			*																									
П/и «Буря»															*			*																			
П/и «Дельфины»																					*			*													
П/и «Море волнуется раз»																											*			*							
П/и «Кто быстрее»																																	*			*	
П/и «Охотники утки»	*	*																																			
П/и «Не давай мяч водящему»				*	*																																
П/и «Совушка»							*	*																													
П/и «Ловишки с приседанием»										*	*																										
П/и «Вышибалы»													*	*																							
П/и «Космонавты»																*	*																				
П/и «Ключи»																			*	*																	

П/и «Скворечники»																						*	*													
П/и «Волейбол с воздушными шарами»																									*	*										
П/и «Ловкая пара»																												*	*							
П/и «Волны по кругу»																															*	*				
П/и «Не оставайся на земле»»																																		*	*	
Физкультурный досуг	«Весенняя капель»												С физкультурой мы дружны нам, болезни не страшны												«Мы за мир!»											

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
старшая группа
IVквартал

<u>Задачи:</u>

1. Способствовать освоению детьми основных движений:
   - прыгать через короткую скакалку; в высоту с разбега с приземлением на обе ноги;
   - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по бревну,разводя носки в стороны;
   - лазать по гимнастической стенке с переходом на другой пролет;
   - отбивать мяч разными способами на месте и в движении;
   - катать обручи вдаль;
   - вращать обручи на талии;
   - отбивать шар ракеткой на месте, в движении, в парах;
   - метать мяч в горизонтальную и вертикальную цель;
   - пролезать в вертикально расположенный обруч прямо и боком, под дугу боком.
2. Развивать:
   - координацию движений в процессе действий с мячом и обручем;
   - силу рук, ловкость;
   - умение ориентироваться в пространстве;
   - нырять в воду;

- скользить на спине с движениями рук;
- двигать ногами в скольжении на груди;
- гребковые движения руками в скольжении в сочетании с выдохом в воду.

3. Воспитывать:
   - дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
   - доводить начатое дело до конца;
   - желание действовать сообща со сверстниками, начинать и заканчивать упражнение всем вместе;
   - уважение к достижениям сверстников.
4. Побуждать к проявлению самостоятельности и творчество в двигательной деятельности.
5. Способствовать соблюдение техники безопасности при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.

Содержание /месяц	**Июнь**												**Июль**												**Август**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу по росту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в колонну по четыре и наоборот	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
в колонну по два и наоборот													*	*		*	*														*	*		*	*	
в круг													*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
с скакалкой	*	*		*	*		*	*		*	*																									
с большим мячом													*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
с обручем																			*	*	*	*	*	*												
с палкой																									*	*	*	*	*	*						
в паре																																				
без предметов			*			*			*			*																								
Ходьба																																				

в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
гимнастическим шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
на пятках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего				*	*		*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*						
в полуприседе приставным шагом				*	*		*	*	*	*	*	*																								
широким шагом												*	*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
мелким шагом												*	*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
перекатом																			*	*		*	*													
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с препятствием	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
врассыпную																			*	*	*	*	*	*												
спиной вперед	*	*		*	*																				*	*		*	*							
с ускорением 4-ми																			*	*		*	*													
подскоки																																				
с высоким подниманием колен																			*	*		*	*													
широким шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
мелким шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
змейкой																																				
со сменой ведущего													*	*		*	*																			
с захлестыванием голени							*	*		*	*																									
с ускорением по диагонали	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*	
с прыжками	*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*							
с прыжками на одной ноге							*	*		*	*																									

на носках													*	*		*	*																				
Прыжки																																					
через короткую скакалку на двух ногах с продвижением вперед	*	*		*	*																																
в высоту с разбега *(высота палки над полом 20–25 см).*							*	*		*	*																										
через короткую скакалку на двух ногах с вращением ее вперед-назад.													*	*		*	*																				
в длину с разбега.																			*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		
Метание, бросание, ловля																																					
броски мяча двумя руками от груди через сетку	*	*		*	*																																
броски мяча о пол и ловля после отскока	*	*		*	*																																
перебрасывание мяча двумя руками разными способами (снизу, из-за головы, от груди) в парах с расстояния 2,5 м.							*	*		*	*																										
метание мешочков вдаль правой и левой рукой от плеча способом правой и левой рукой с рас.4м													*	*		*	*																				

отбивание мяча правой и левой рукой в движении на расстояние 5–6 м.																		*	*		*	*													
забрасывание мяча в корзину с места и с разбега																								*	*		*	*							
забрасывание мяча в кольцо от груди с расстояния 3 м																														*	*		*	*	
Лазание, ползание																																			
по стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз	*	*		*	*								*	*		*	*																		
ползание по скамейке, подтягиваясь на руках *(высота скамейки 25 см)*;							*	*																											
перелезание через гимнастическую скамейку										*	*																								
ползание по скамейке с мешочком на спине *(высота скамейки 25 см)*.																		*	*		*	*													
пролезание в обруч в группировке прямо и боком																								*	*		*	*							
Лазание по веревочной лестнице,																														*	*		*	*	

металлической поверхности.																																				
Равновесие																																				
ходьба по наклонному бревну, руки на поясе *(высота бревна 35–40 см, ширина бревна 20 см).*	*	*		*	*																															
ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.							*	*		*	*																									
ходьба по бревну, свободно балансируя руками *(высота бревна 25–30 см, ширина бревна – 10 см).*													*	*		*	*																			
ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мешки, руки за головой.																			*	*		*	*													
ходьба по наклонному бревну, руки держать свободно *(высота бревна 35–40 см, ширина – 10 см).*																									*	*		*	*							
ходьба по скамейке боком приставным																															*	*		*	*	

шагом с мешочком на голове																																				

Подвижные игры																																				
П/и «Найди свой предмет»			*																																	
П/и «Кто быстрее на лодке»						*																														
П/и «Отдых пловца»									*																											
П/и «Водное поло»												*																								
П/и «Буря»															*																					
П/и «Водные эстафеты»																		*																		
П/и «Дельфины- акулы»																					*															
П/и «Подводный мир»																								*												
П/и «Море волнуется раз»																											*			*						
П/и «Кто быстрее»																																	*			*
П/и «Вышибалы»	*	*																																		
П/и «Гуси - лебеди»				*	*																															
П/и «Ловкая пара»							*	*																												
П/и «Перелет птиц»										*	*																									
П/и «Мы веселые ребята »													*	*																						
П/и «Прыжковая эстафета»																*	*																			
П/и «Охотники и звери»																			*	*																
П/и «Пожарные на ученье»																						*	*													
П/и «Мышеловка»																									*	*										
П/и «Удочка»																												*	*							

П/и «Волк во рву»																														*	*					
П/и «Чья команда быстрее»																																	*	*		
Физкультурный досуг	«Здравствуй лето												«День Нептуна»												«Цветик-семицветик»											

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
Подготовительная к школе группа
Iквартал

<u>Задачи:</u>

1. Способствовать освоению детьми основных движений:

- прыгать в длину и в высоту с разбега, со скакалкой в разных исходных положениях, через скамейку с опорой на руки из стороны в стороны, на одной и двух ногах с продвижением вперед;
- сохранять равновесие при ходьбе по скамейке при выполнении различных упражнений на ней;
- лазать по гимнастической лестнице: разноименным способом, спускаться только на руках из виса, вверх поочередно переставляя руки, ногами прыгая с рейки на рейку;
- бросать мяч: одной рукой, ловить другой с выполнением различных заданий,
- в парах разными способами, через сетку точно партнеру;
- метать в горизонтальную и вертикальные цели;
- отбивать мяч различными способами на месте и в движении, используя передачу снизу и сверху;
- вести мяч разными способами с частичным контролем над мячом;
- умений действовать с воздушным шаром и битой;
- подбирать мяч ракеткой снизу;
- перебрасывать мяч ракеткой в парах с выполнением различных заданий;
- удерживать мяч, на ракетке меняя положение тела;
- передвижение по дну бассейна в сочетании с движениями рук;
- погружаться в воду без опоры;
- выдох на границу воды и воздуха;
- скользить на груди, отталкиваясь от дна бассейна;
- скользить на спине, отталкиваясь от дна бассейна;
- двигать ногами в воде, опираясь на руки.

2. Развиватьтворческую инициативу
3. Воспитывать:
   - желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми;
   - доброжелательное и уважительное отношение к сверстникам во время выполнения заданий;
   - упорство в достижении воспитательной цели;
   - Способствовать соблюдению правил безопасности при выполнении физических упражнений и подвижных играх.
4. Способствовать формированию элементарных навыков эмоциональной разгрузки.
5. Поощрять использование детьми собственного двигательного опыта в разнообразных игровых ситуациях.

Содержание /месяц	**Сентябрь**												**Октябрь**												**Ноябрь**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгупоросту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
из колонны по одному в колонну по четыре в движении и наоборот	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
из одной шеренги в две на месте по расчету							*	*		*	*		*	*		*	*																			
в колонну по два дроблением													*	*		*	*		*	*		*	*													
из колонны по два в колонну по одному сведением													*	*		*	*		*	*		*	*													
из одной колонны в две на месте по расчету и наоборот																									*	*		*	*		*	*		*	*	
в четыре звена по																															*	*		*	*	

ориентиру и наоборот																																				
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
без предметов	*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
с гимнастической палкой							*	*	*	*	*	*																								
с надувными кругами															*			*			*			*												
с кубиками													*	*		*	*		*	*		*	*													
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на пятках	*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
с выпадами							*	*	*	*	*	*																								
игровые подражательные упражнения							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего													*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*
перекатом													*	*		*	*																			
с перестроением в пары																			*	*		*	*													
гимнастическим шагом																			*	*		*	*													
двумя колоннами																									*	*		*	*							
спиной вперед																									*	*		*	*							
скрестным шагом																															*	*		*	*	
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную							*	*	*	*	*	*																			*	*	*	*	*	*
на носках	*	*		*	*																										*	*		*	*	
с ускорением по диагонали	*	*		*	*														*	*		*	*													

с ускорением по длине помещения							*	*		*	*																										
двумя колоннами	*	*		*	*																				*	*		*	*								
боковой галоп							*	*		*	*		*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*		
спиной вперед													*	*		*	*								*	*		*	*								
с ускорением 4-ми													*	*		*	*														*	*		*	*		
в чередовании с прыжками на правой и левой ноге													*	*		*	*																				
в чередовании с прыжками на двух ногах																									*	*		*	*		*	*		*	*		
с выносом прямых ног вперед																			*	*		*	*														
подскоки																			*	*		*	*														
с высоким подниманием колен							*	*		*	*																										
с захлестыванием голени													*	*		*	*																				
с ускорением по сигналу																									*	*		*	*								
Прыжки																																					
в длину с места	*	*														*	*											*	*								
на 2 ногах стоя на месте	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		
в высоту с места через модули разной высоты													*	*																							
из стороны в сторону через скамейку													*	*											*	*											
в длину с разбега													*	*																							
со скакалкой из разных и.п.																*	*																				

на двух ногах из обруча в обруч с продвижением вперед																								*	*										
из обруча в обруча боком с продвижением вперед																								*	*										
на одной ноге из обруча в обруч с продвижением вперед																											*	*							
С наскоком на скамейку с опорой на руки																											*	*							
Метание, бросание, ловля																																			
вдаль	*																																		
в горизонтальную цель		*															*																		
броски мяча вверх одной рукой, ловля другой							*	*																											
броски мяча вниз одной рукой, ловля другой							*	*										*																	
перекидывание мяча с одной руки на другую							*	*																											
броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши, ловля после отскока от пола другой рукой							*	*																											
броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши, ловля другой рукой							*	*																											

броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши впереди и сзади себя, ловля мяча двумя руками							*	*																												
бросок мяча вверх, пропуск его сквозь кольцо, образованное руками, ловля мяча после отскока от пола							*	*																												
броски мяча друг другу в парах способом снизу							*	*																												
броски мяча вниз об пол одной рукой, ловля двумя							*	*																												
броски мяча друг другу способом от груди с отскоком от пола							*	*		*	*																									
броски мяча способом снизу в парах							*	*																												
броски мяча способом от груди в парах							*	*																												
Отбивание мяча правой и левой рукой, стоя на месте										*	*																									
отбивание мяча из разных и.п.										*	*																									
ведение мяча правой и левой рукой шагом и бегом										*	*																									
ведение мяча правой и										*	*																									

левой рукой, двигаясь боковым галопом																																				
ведение мяча между конусами, двигаясь змейкой шагом и бегом										*	*																									
передача мяча в парах разными способами																			*	*		*	*													
передача мяча через сетку в парах разными способами																			*	*		*	*													
бросок волейбольного мяча вниз, хлопок в ладоши ,ловля мяча после отскока																						*	*													
бросок волейбольного мяча вверх, хлопок в ладоши ,ловля мяча																						*	*													
бросок волейбольного мяча вверх, хлопок под коленом ,ловля мяча																						*	*													
бросок волейбольного мяча вверх, хлопок в ладоши ,отскок от пола, хлопок в ладоши, ловля мяча																						*	*													
задания с воздушным шаром и битой																															*	*				
задание с теннисным мячом и ракеткой																																		*	*	
Лазание, ползание																																				
ползание на животе,													*	*																						

подтягиваясь руками																																				
ползание на спине подтягиваясь рука												*	*																							
по гимнастической стене разноименными способами												*	*																							
передвижение по скамейке на коленях, подтягиваясь руками															*	*																				
передвижение по скамейке на стопы и ладони, перешагивая модули															*	*																				
по гимнастической стенке вверх по диагонали, спуск вниз - по одному пролету															*	*																				
по полу любим способом под дугами																								*	*											
по полу любим способом под скамейкой																								*	*											
лазание по гимнастической стенке, до 5 перекладины, перейти с пролета на пролет																								*	*											
Равновесие																																				
ходьба по скамейке с хлопком под ногой												*	*															*								
ходьба по скамейке с перекладыванием под												*	*																							

коленом малого мяча																																				
на середине скамейки подлезать под веревку												*	*																							
по гимнастической скамейке на середине присесть, повернуться кругом, встать продолжить движение спиной вперед															*	*																				
ходьба по узкой доске, спиной вперед															*	*																				
ходьба гимнастической скамейке спиной вперед																								*	*											
ходьба по гимнастической скамейке: на середине пролезть в обруч(прямо и боком)																								*	*		*	*								
ходьба по скамейке боком, перешагивая модули																											*	*								
ходьба по бревну прямо, руки в стороны																											*	*								

П/и «День- ночь».			*																																	
П/и «Море волнуется раз»						*			*																											
П/и ««Волны на море».												*																								
П/и «Хоровод»»															*			*																		
П/и «Водное поло»																					*			*												
П/и «Цапли»																											*			*						
П/и «Преодолей препятствие»																																	*			
П/и «Веселые дельфины»																																				*
П/и «Ловец с мячом»	*	*																																		
П/и «Сети»				*	*																															
П/и «Детский волейбол»							*	*																												
П/и «Салки в два круга»										*	*																									
П/и «Собери мячи»													*	*																						
П/и «Футбол раков»																*	*																			
П/и «Не попадись!»																			*	*																

П/и «Кот и мышки»																						*	*													
П/и «Гольф»																									*	*										
П/и «Колдунчики»																												*	*							
П/и «Перестрелки»																															*	*				
П/и «Штандер»																																		*	*	
Физкультурный досуг	«Наши воспитатели»												«Мой город»												«Уж небо осенью дышало…»											

Перспективный план ОО «Физическое развитие»
Подготовительная к школе группа
II квартал

Задачи:

1 Способствовать овладению детьми умениями:

- сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением задания, при ходьбе по доске спиной вперед;
- прыгать: на возвышения; через предметы из стороны в сторону и
- в высоту через перекладины ритмично и легко; в длину с места с активной работой рук и ног;
- лазать по гимнастической стенке ритмично и быстро;
- ползать по скамейке на коленях, подтягиваясь руками;
- бросать мяч одной рукой, ловить другой с выполнением разных заданий;
- бросать мяч в парах через сетку, используя верхнюю и нижнюю передачи;
- отбивать мяч любым способом на месте и в движении;
- бросать в мяч в кольцо двумя руками способом от груди;
- выдыхать в воду;
- лежать в воде на груди и спине;
- движение ногами в воде по типу кроля.

2.Развивать:

- умения быстро реагировать на смену заданий;
- координацию движений, глазомер, гибкость, ловкость, быстроту бега и умение ориентироваться в пространстве;
- быстро включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общей цели;
- умение управлять своими эмоциями в разных нестандартных ситуациях и условиях.

3.Воспитывать:

- ответственное отношение к правилам при выполнении упражнений и подвижных игр;
- умение согласовывать свои действия с действиями других детей;
- дружелюбие, организованность, взаимопомощь;
- умение помогать убирать оборудование по просьбе взрослого.

4. Способствовать соблюдению правил безопасности при выполнении физических упражнений и подвижных игр.

Содержание /месяц	**Декабрь**												**Январь**												**Февраль**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в четыре звена по ориентиру и наоборот	*	*		*	*		*	*		*	*																									
из одной колонны в два круга дроблением и наоборот	*	*		*	*		*	*		*	*																									
в колонну по четыре и наоборот																			*	*		*	*													
в колонну по четыре поворотом в движении и наоборот																									*	*		*	*		*	*		*	*	
из круга в два круга на месте по расчету																									*	*		*	*		*	*		*	*	
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
без предметов																			*	*	*	*	*	*												
с большим мячом	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*																								
с обручем																									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на пятках	*	*		*	*		*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	
с выпадами							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
игровые подражательные упражнения	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
со сменой направляющего																			*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*
перекатом							*	*		*	*																				*	*	*	*	*	*
с перестроением в пары	*	*		*	*																				*	*	*	*	*	*						
гимнастическим шагом																			*	*		*	*													
двумя колоннами							*	*	*	*	*	*																								
спиной вперед																									*	*		*	*							
двумя колоннами																															*	*	*	*	*	*
скрестным шагом																															*	*		*	*	
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
противоходом	*	*		*	*																										*	*		*	*	
врассыпную																									*	*	*	*	*	*						
на носках																															*	*		*	*	
с ускорением по диагонали	*	*		*	*																				*	*		*	*							
с ускорением по длине помещения							*	*		*	*																				*	*		*	*	
двумя колоннами																			*	*		*	*													
боковой галоп							*	*		*	*								*	*		*	*								*	*		*	*	
спиной вперед																									*	*		*	*							
с ускорением 4-ми																			*	*		*	*													
в чередовании с прыжками на правой и																															*	*		*	*	

левой ноге																																				
в чередовании с прыжками на двух ногах							*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*							
с выносом прямых ног вперед																			*	*		*	*													
подскоки	*	*		*	*														*	*		*	*	*	*	*		*	*							
с высоким подниманием колен	*	*		*	*																				*	*	*	*	*	*						
с захлестыванием голени							*	*		*	*														*	*	*	*	*	*						
Прыжки																																				
из стороны в сторону через доску с продвижением вперед	*	*		*	*																															
на предмет с нескольких шагов с толчком одной ноги	*	*																																		
из стороны в сторону через скамейку с опорой на руки	*	*		*	*																				*	*										
в высоту с разбега	*	*																							*	*										
в длину с места				*	*																															
со скакалкой из разных и.п.				*	*																															
в высоту через перекладины																									*	*										
«классики»																									*	*										
с наскоком на скамейку с опорой на руки																									*	*										
на двух ногах боком с продвижением вперед																																				

в высоту с разбега																											*	*							
на 2-х нога поочередно правым левым боком с продвижением вперед																											*	*							
Метание, бросание, ловля																																			
броски мяча вниз одной рукой, ловля другой							*	*																											
перекидывание мяча с одной руки на другую							*	*																											
броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши, ловля после отскока от пола другой рукой							*	*																											
броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши, ловля другой рукой							*	*																											
броски мяча вверх одной рукой, хлопок в ладоши впереди и сзади себя, ловля мяча двумя руками							*	*																											
бросок мяча вверх, пропуск его сквозь кольцо, образованное руками, ловля мяча после отскока от пола										*	*																								
упражнение точно в корзину										*	*																								
упражнение «В корзину после отскока»										*	*																								

броски мяча друг другу способом от груди с отскоком от пола через сетку										*	*																									
упражнения в парах с двумя мячами										*	*																									
отбивание мяча правой и левой рукой, стоя на месте										*	*																									
отбивание мяча из разных и.п.										*	*																									
ведение мяча правой и левой рукой шагом и бегом										*	*																									
Ввдение мяча правой и левой рукой, двигаясь боковым галопом										*	*																									
передача волейбольного мяча в парах разными способами																		*	*																	
передача волейбольного мяча через сетку в парах разными способами																		*	*																	
броски большого резинового мяча разными способами на месте																					*	*														
броски большого резинового мяча в парах																					*	*														
«Ринго» - игра с кольцом																															*	*				
Упражнения с ракеткой																																		*	*	

и мечом на месте																																				
Упражнения с ракеткой в парах																																		*	*	
Лазание, ползание																																				
ползание на животе, подтягиваясь руками	*	*																																		
ползание на спине подтягиваясь рука	*	*																																		
по гимнастической по диагонали, спуск по одному пролету способами	*	*																																		
передвижение по скамейке на коленях, подтягиваясь руками				*	*																															
передвижение по скамейке на стопы и ладони, перешагивая модули				*	*																															
по гимнастической стенке вверх по диагонали, спуск вниз - по одному пролету																											*	*								
по полу любим способом под дугами																								*	*		*	*								
по полу любим способом под скамейкой																								*	*		*	*								
лазание по гимнастической стенке, до 5 перекладины, перейти с пролета на				*	*																															

пролет																																			
по гимнастической стене разноименным способом																								*	*										
Равновесие																																			
ходьба по скамейке с хлопком под ногой	*	*																																	
ходьба по скамейке с перекладыванием под коленом малого мяча				*	*																														
на середине скамейки подлезать под веревку																																			
по гимнастической скамейке на середине присесть, повернуться кругом, встать продолжить движение спиной вперед	*	*																									*	*							
ходьба по узкой доске, спиной вперед				*	*																			*	*										
ходьба гимнастической скамейке спиной вперед																											*	*							
ходьба по гимнастической скамейке: на середине пролезть в обруч(прямо и боком)				*	*																			*											
ходьба по скамейке боком, перешагивая модули																								*	*										
ходьба по бревну боком, руки на пояс	*	*																									*	*							

ходьба по бревну прямо, руки в стороны																										*	*								

Подвижные игры																																				
П/и«Кто больше соберет предметов»			*																																	
П/и «Кто дальше скользит?»						*																														
П/и «Катера»									*																											
П/и «Водолазы»												*																								
П/и «Рыбаки и рыбки»																					*			*												
П/и «Самая быстрая пара»																											*									
П/и «Торпеды»																														*						
П/и «Кто вперед?»																																	*			
П/и «Искатели																																				*

сокровищ»																																				
П/и «Караси и щука»																																	*			*
П/и «Поймай мяч»	*	*																																		
П/и «Мороз – Красный нос»				*	*																															
П/и «Зима - лето»							*	*																												
П/и «Ловишки - елочки»										*	*																									
П/и «Северный и южный ветер»																			*	*																
П/и «Снежный бой»																						*	*													
П/и «Человек - паук»																									*	*										
П/и «Меткий стрелок»																												*	*							
П/и «Штурм крепости»																															*	*				
П/и «Освободители»																																		*	*	
Физкультурный досуг	«Новогоднее путешествие»												«В гости к сказке»												«Семейные старты» с участием пап											

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

<u>Задачи:</u>

1. Способствовать овладению детьми умениями:
   - сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением задания, при ходьбе по доске спиной вперед;
   - прыгать: на возвышения; через предметы из стороны в сторону и
   - в высоту через перекладины ритмично и легко; в длину с места с активной работой рук и ног;
   - лазать по гимнастической стенке ритмично и быстро;
   - ползать по скамейке на коленях, подтягиваясь руками;
   - бросать мяч одной рукой, ловить другой с выполнением разных заданий;
   - бросать мяч в парах через сетку, используя верхнюю и нижнюю передачи;
   - отбивать мяч любым способом на месте и в движении;
   - бросать в мяч в кольцо двумя руками способом от груди;

- выдыхать в воду;
- лежать в воде на груди и спине;
- движение ногами в воде по типу кроля.

2.Развивать:

- умения быстро реагировать на смену заданий;
- координацию движений, глазомер, гибкость, ловкость, быстроту бега и умение ориентироваться в пространстве;
- быстро включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общей цели;
- умение управлять своими эмоциями в разных нестандартных ситуациях и условиях.

3.Воспитывать:

- ответственное отношение к правилам при выполнении упражнений и подвижных игр;
- умение согласовывать свои действия с действиями других детей;
- дружелюбие, организованность, взаимопомощь;
- умение помогать убирать оборудование по просьбе взрослого.

4. Способствовать соблюдению правил безопасности при выполнении физических упражнений и подвижных игр.

Содержание /месяц	**Март**												**Апрель**												**Май**											
Номер ОД	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Построения																																				
в колонну по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в шеренгу по росту	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
в три звена по ориентиру	*	*		*	*																										*	*		*	*	
из трех колонн в колонну по одному в движении	*	*		*	*																															
из одной шеренги в две на месте по расчету							*	*		*	*																									
в три звена по ориентиру							*	*		*	*																									

из трех колонн в колонну по одному в движении							*	*		*	*																									
в колонну по четыре поворотом в движении и наоборот													*	*		*	*		*	*		*	*													
из колонны в два круга дроблением и обратно																			*	*		*	*								*	*		*	*	
в четыре звена по ориентиру и обратно																									*	*		*	*							
из колонны по два в колонну по одному сведением																									*	*		*	*							
из колонны по одному в колонну по два дроблением																									*	*		*	*							
из круга в два круга на месте по расчету																															*	*		*	*	
повороты на месте	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ																																				
со скамейкой	*	*		*	*		*	*		*	*																									
без предметов													*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
с надувными кругами			*			*			*			*																								
с кольцом																																				
в паре																									*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
на носках	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
гимнастическим шагом	*	*		*	*																				*	*		*	*							
на пятках	*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*		*	*	

со сменой направляющего							*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
подражательные упражнения	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*						
перекатом							*	*		*	*																									
с перестроением в пары							*	*	*	*	*	*													*	*	*	*	*	*						
гимнастическим шагом																																				
двумя колоннами													*	*		*	*																			
спиной вперед																			*	*		*	*													
двумя колоннами																																				
скрестным шагом																																				
с перестроением в пары							*	*		*	*																									
Бег																																				
в колонне по одному	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
врассыпную													*	*	*	*	*	*							*	*	*	*	*	*						
на носках																									*	*		*	*							
с ускорением по диагонали							*	*		*	*								*	*		*	*								*	*		*	*	
с ускорением по длине помещения													*	*		*	*								*	*		*	*							
двумя колоннами							*	*		*	*																									
боковой галоп	*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*													
спиной вперед																			*	*		*	*													
с ускорением 4-ми	*	*		*	*																															
в чередовании с прыжками на правой и левой ноге													*	*		*	*																			
в чередовании с прыжками на двух ногах	*	*		*	*		*	*		*	*								*	*		*	*													
с выносом прямых ног													*	*		*	*																			

вперед																																				
подскоки							*	*		*	*								*	*		*	*		*	*		*	*							
с высоким подниманием колен	*	*		*	*																										*	*		*	*	
с захлестыванием голени							*	*		*	*																									
Прыжки																																				
из обруча в обруч боком	*	*																																		
из обруча в обруч на одной ноге	*	*		*	*																															
с наскоком на скамейку с опорой на руки	*	*											*	*																						
в длину с разбега	*	*																																		
в длину с места				*	*																							*	*							
через скамейку с опорой на руки из стороны в сторону				*	*											*	*											*	*							
со скакалкой				*	*								*	*																						
через бревно из стороны в сторону с продвижением вперед													*	*																						
в высоту через модули разной высоты													*	*											*	*										
«классики»																									*	*		*	*							
в высоту с разбега													*	*											*	*										
Метание, бросание, ловля																																				
упражнения с малым резиновым мячом							*																													
упражнения с малым резиновым мячом в							*											*																		

парах																																			
метание в горизонтальную цель						*																													
Упражнения с баскетбольным мячом на месте							*																												
Упражнения с баскетбольным мячом в движении							*																									*	*		
волейбол в парах									*																							*	*		
волейбол через сетку									*																										
броски большого резинового мяча разными способами и и.п., на месте										*																									
броски большого резинового мяча разными способами и и.п., на месте в парах										*																									
броски большого резинового мяча разными способами и и.п., на месте в парах в движении										*																									
броски большого резинового мяча разными способами и и.п., в парах через сетку										*																									
Упражнения воздушным шаром и битой																	*	*																	
Упражнения с ракеткой																				*	*														

и теннисным мячом																																				
Лазание, ползание																																				
ползание на животе, подтягиваясь руками	*	*																							*	*										
ползание на спине подтягиваясь рука	*	*																							*	*										
по гимнастической по диагонали, спуск по одному пролету способами																												*	*							
передвижение по скамейке на коленях, подтягиваясь руками				*	*																							*	*							
передвижение по скамейке на стопы и ладони, перешагивая модули				*	*										*	*												*	*							
по гимнастической стенке вверх по диагонали, спуск вниз - по одному пролету	*	*											*	*																						
по полу любим способом под дугами													*	*																						
по полу любим способом под скамейкой													*	*		*	*																			
лазание по гимнастической стенке, до 5 перекладины, перейти с пролета на пролет	*	*																										*	*							
по гимнастической	*	*		*	*																				*	*										

стене разноименным способом																																				
Равновесие																																				
ходьба по скамейке с хлопком под ногой	*	*														*	*																			
ходьба по скамейке с перекладыванием под коленом малого мяча	*	*														*	*																			
на середине скамейки подлезать под веревку																																				
по гимнастической скамейке на середине присесть, повернуться кругом, встать продолжить движение спиной вперед													*	*											*	*										
ходьба по узкой доске, спиной вперед																																				
ходьба гимнастической скамейке спиной вперед				*	*																				*	*										
ходьба по гимнастической скамейке: на середине пролезть в обруч(прямо и боком)	*	*		*	*												*	*										*	*							
ходьба по скамейке боком, перешагивая модули				*	*																				*	*										
ходьба по бревну боком, руки на пояс													*	*														*	*							
ходьба по бревну													*	*														*	*							

прямо, руки в стороны																																				
Плавание																																				
ныряние			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
выдох в воду			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
лежание на груди			*																																	
лежание на спине			*																																	
скольжения в сочетании с выдохом в воду			*			*																														
скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна			*			*			*			*			*			*			*			*												
скольжение на спине, в сочетании с дыханием			*			*			*			*			*			*			*			*			*									
скольжение на спине с движениями рук			*			*			*			*			*			*			*															
движение ногами в воде, лежа на груди с опорой			*			*			*			*			*			*			*															
движение ногами в воде, лежа на спине			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
движение ногами в скольжении на груди			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
движение ногами в скольжении на спине			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
движение ногами в плавании на груди и спине			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
гребковые движения руками в скольжении			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
гребковые движения руками в скольжении в сочетании с выдохом в			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*

воду																																				
передвижения по дну бассейна в сочетании с движениями рук			*			*			*																											
на груди с попеременными движениями ногами и руками			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*			*
на спине с попеременными движениями ногами и руками																								*			*			*			*			*
попеременные движения лежа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием																					*			*			*			*			*			*
попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием																																	*			*
Подвижные игры																																				
П/и «Плыви игрушка»			*			*																														
П/и «Поднырни»									*			*																								
П/и «Торпеды»															*			*																		
П/и «Лягушки квакушки»																					*			*												
П/и «Удержись!»																											*			*						
П/и «Кто быстрее»																																	*			*
П/и «Охотники утки»	*	*																																		
П/и «Не давай мяч водящему»				*	*																															

П/и «Салочки с баскетбольным мячом»							*	*																												
П/и «Тройка»										*	*																									
П/и «Вышибалы»													*	*																						
П/и «Космонавты»																*	*																			
П/и «Баскетбольные ловишки с лентой»																			*	*																
П/и «Летучие рыбки»																						*	*													
П/и «Волейбол с воздушными шарами»																									*	*										
П/и «Ловкая перебежки»																												*	*							
П/и «Волны по кругу»																															*	*				
П/и «Не оставайся на земле»»																																		*	*	
Физкультурный досуг	«Дорожная азбука»												«С физкультурой мы дружны нам болезни не страшны»												«Мы за мир»											

2.3. Особенности образовательной деятельности через организацию разных видов культурных практик и традиций группы.

Педагогом описываются:
культурные практики, которые будут использоваться в работе с каждой возрастной группой детей в течение учебного года;
традиции, которые будут введены в целях создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями.

Культурная практика	Интегрированные виды деятельности	Содержание	Периодичность использования	Возраст детей
Детский досуг	Гостиная Творческая мастерская Исследовательские практики Школа разностороннего общения Совместгая игра воспитателя и детей Книжный час Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность Двигательный час	Вид деятельности, Целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.	1 раз в месяц	Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа
Соревнование	Совместная игра воспитателя и детей Двигательный час	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных и подвижных игр, развлечений, двигательной активности, спортивных состязаний и соревнований	1 раз в квартал	Старшая группа Подготовительная к школе группа
Тренировка	Совместная игра воспитателя и детей Двигательный час	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит совершенствование физических навыков и умений в соответствующих	1 раз в неделю	Старшая группа Подготовительная к школе группа

		видах детской деятельности и решение интегрированных задач соответствующих образовательных областей		
Маршрутная игра	Творческая мастерская Совместная игра воспитателя и детей Двигательный час	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит практическое выполнение дошкольниками специально подобранных педагогом заданий в ходе целенаправленного движения по определенной схеме, обозначенной в маршрутном листе.	1 раз в квартал	Старшая группа Подготовительная к школе группа

Таблица 14 – Культурные практики, реализуемые в детском саду

Гостиная (литературная, музыкальная, литературно-музыкальная, театральная) форма организации художественно-творческой деятельности детей, предполагающая организацию восприятия музыкальных и литературных произведений, творческую деятельность дете и свободное общение воспитателя и детей на литературном или музыкальном материале.	**Школа разновозрастного общения** продолжение работы по формированию и поддержанию доброжелательных отношений между сверстниками 5–7 лет, дети учатся строить такие же отношения с младшими детьми. Отношение к младшим отличается от отношения к сверстникам: на первый план выступают забота и ответственность, тогда как взаимное уважение и признание равных прав, столь значимые в отношениях со сверстниками, отходят на второй план.	**Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность** Носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе
Творческая мастерская предоставляет детям условия для использования и применения знаний и умений. Мастерские разнообразны по своей тематике, содержанию, например, занятия рукоделием, приобщение к народным промыслам: просмотр познавательных презентаций, оформление художественной галереи, книжного уголка или библиотеки, игры и коллекционирование с обязательным включением детей в рефлексивную деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов (чему удивились? что узнали? Что порадовало? и пр.) Результатом работы является создание книг-самоделок, детских журналов, составление маршрутов путешествия на природу, оформление коллекции, создание продуктов детского рукоделия и пр	**Совместная игра воспитателя и детей** (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры	**Двигательный час** создаёт условия для приобщения детей к физической культуре и разным видам спорта, формирует потребность к двигательной деятельности
	«Книжкин час» является универсальной культурной практикой ребенка дошкольного возраста, так как выступает одним из элементов процесса познания мира; выступает идущим от взрослого видом детской деятельности, который становится для ребенка «особой» культурной практикой. Сущность состоит в том, что тексты произведений художественной литературы позволяют детям интуитивно вбирать целостную картину мира общественных отношений во всем многообразии связей событий, вещей и отношений. Чтение детям книги выступает тем идущим от взрослого видом деятельности,	

	который становится для ребенка особой «культурной практикой». Суть состоит в том, что художественные тексты позволяют детям интуитивно схватывать целостную картину мира – Мира общественных отношений во всем многообразии связей вещей, событий, отношений.	
Исследовательские практики – Экспериментирование (с различными материалами веществами): Цель: стимулировать умение наблюдать, сравнивать, искать и находить, а так же развивать восприятия на слух звуков, которые издают различные наполнители, спрятанные в емкостях – Экспериментирование с водой. Цель: закрепить знания детей о свойствах воды: льется, журчит, имеет разную температуру, имеет прозрачность, ее можно окрашивать. При погружении предметов – одни плавают, другие тонут; учить переливать из одной емкости в другую: при помощи воронки и стаканчика с носиком, окрашивать; воспитывать любознательность, интерес. – Экспеиментирование с изобразительными материалами и техниками: Цель: исследование свойств материалов и инструментов («Какой след оставляет на бумаге,чем приклеивается, как смешиваются цвета, что можно сделать сбумагой?»); Освоение приемов и способов создания изображения («Как нарисовать круг, передать форму ушей зайца, лепестка ромашки?» Изучение вариантов сочетания средств выразительности («Как лучше расоложить детали? Какой цвет солнца будет более красиывм?		

Какого цвета выбрать фон, украсить детали, роасположить узоры на основе (при декорировании)?» Поиск интересных образов («Как нарисовать темное на темном? Вылепить пустоту? Создать скульптуру – символ огня? Нарисовать картину по теме «Нежность»?).		

Традиции

Традиция	**Содержание**	**периодичность**
Утро радостных встреч – все возрастные группы	*Беседа в начале каждого занятия с обменом впечатлениями о новом и интересном. Обсуждение предстоящих событий. Эта традиция позволяет обеспечить постепенное вхождение ребенка в совместную деятельность с педагогом, создает хорошее настроение, обеспечивает доброжелательное общение со сверстниками.*	*ежедневно*
Утренняя гимнастика – все возрастные группы	*обязательная часть ежедневного режима ребенка в семье, в детском саду. Для поднятия эмоционального и мышечного тонуса детей, вовлечение всего организма ребенка в деятельное состояние.*	*ежедневно*
День «Здоровья и подвижных игр» - младшие возрастные группы	*вид двигательной деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.*	*Ежемесячно – четвертый вторник*
«Встреча с интересными людьми»**-** «Тольятти – спортивный»: - старшие возрастные группы	*Встречи с носителями профессий, связанных со спортивной деятельностью*	*1 раз в квартал*
Всемирный день детского футбола - все возрастные группы	*1 - Просмотр мультипликационных фильмов о футболе (2 варианта)* *Для воспитанников младших и средних групп – «Тихая поляна», «С бору по сосенке», «Утенок, который не умел играть в футбол».* *Для воспитанников старших и подготовительных групп - «Необыкновенный матч», «Футбольные звезды», «Как казаки в футбол играли»* *2 – рисование и разукрашивание на тему футбольных баталий (итог – выставка)* *3- Разучивание тематических стихотворений* *4- Знакомство с футбольными терминами и правилами игры* *5- Показ фотографий с игроками сборной* *6 – Дополнительно - знакомство со странами – участницами мундиаля. (найти на карте или глобусе страну, показать флаг и форму спортсменов) – по желанию* *7 – Подбор или создание самодельных книжек о футболе* *8. Товарищеский матч всех звезд – старшие возрастные группы*	*10 декабря, 19 июня ежегодно*
За здоровьем бегом (Всемирный день бега) – старшие возрастные группы.	*беседы с просмотром мультимедийной презентации «Легкая атлетика (учимся бегать)».* *Кросс*	Ежегодно В сентябре

2.4. Способы поддержки детской инициативы. Индивидуальные маршруты детей.

Способы поддержки детской инициативы

Образовательная область	Создание условий	Позиция педагога (приемы поддержки)
Физическое развитие	• Оснащение РППС по направлению; • Чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с формированием элемента ЗОЖ); • Выпуск газет в рамках тематического планирования; • Игры-инсценировки; • Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования и досуги («С физкультурой мы дружны», «Семейные старты», «День Здоровья» и т.д.).	- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка; - определяет единые для всех детей правила сосуществования детского - соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы; осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»; сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей; - ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире; - создает развивающую предметно-пространственную среду; - наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей; - сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

Индивидуальные маршруты детей (Приложение №2)

2.5. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся (план на учебный год

Виды форм	Цель использования	Формы организации	Периодичность, сроки проведения
Наглядно-информационные	*Ознакомление родителей с формами работы детского сада,*	***Папка-ширма:*** *Тема: «Особенности развития движений у детей от 3 до 7-го года жизни». Все возраста* ***Семейные СМИ о физкультуре*** *Тема: «Дружно весело играя, мы здоровье*	*1 раз в месяц Сентябрь* *1 раз в квартал*

	особенностями воспитания детей по направлению «Физическое развитие»	*прибавляем». Все возраста* ***Стендовая информация:*** *Тема: «Сдача нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне, 1 ступень (6-8 лет)». Старший дошкольный возраст* ***Информационные листы в родительском уголке:*** *Тема: «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе». Все возраста* ***Видеоролики, презентации о спортивной жизни ДОО (группы 41/42):*** *Тема: Наши спортивные достижения. Возрастная группа–подготовительные группы* *Папка-ширма: Тема «Спорт и дети». Средняя группа* ***Фотовыставки:*** *Тема: «Папа, мама, я - спортивная семья»***.** *Старшие и подготовительные группы.Тема «Настольный теннис». «Самокат». «Велоспорт»(средние,старшие,подготовительные группы).»Польза зарядки»(2-е младшие группы)* ***Уголок поощрения детей.*** *<u>Варианты названия:</u> «Похвалюшки», «Наши звезды», «Наши успехи». Средние, старшие, подготовительные группы* ***Домашние задания.*** *Варианты названия: «Занимайтесь с нами», «Повторите дома», «В свободную минутку». Все возраста* ***Семейные и групповые фотоальбомы:*** *«В здоровом теле здоровый дух», «Наше спортивное лето». Все возраста* ***Буклет:*** *«Зачем заниматься утренней гимнастикой». Все возраста* ***Календарь Спорт-событий.*** *Старшие и подготовительные группы*	*Октябрь* *1 раз в месяц.* *Май (итоговый)* *Август Февраль* *Сроки обновления: 1 раз в неделю* *Сроки обновления: 1 раз в неделю* *Май* *Ноябрь* *Октябрь*
Просветительские	*Ознакомление родителей с возрастными и психолого-педагогическими особенностями развития детей*	***Консультация:*** *Тема: «Двигательный режим детей 4-5 лет». Средние группы* ***Консультация:*** *Тема: «Какой спортивный кружок выбрать для ребёнка». 51/52, 41/42 группы* ***Папка-раскладушка:*** *Тема: «Когда следует начинать занятия физической культурой с ребёнком» для детей 4 года жизни* ***Консультация:*** *Тема: «Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка» - старшая группа* ***Консультация:*** *Тема: «Зимние каникулы». Подготовительные группы* ***Консультация (стендовый материал):*** Тема: *«Двигательная активность детей в каникулярное время», «Рекомендации по обучению детей*	*Октябрь* *Октябрь* *Сентябрь* *Ноябрь* *Декабрь* *Январь* *Ноябрь*

		катанию на лыжах». Старшая и подготовительная группы ***Консультация (стендовый материал):*** *Листовка «Детская скакалка – супертренажѐр!» Старшая и подготовительная группы* ***День открытых дверей*** ***Сайт инструктора по физической культуре***	*Все группы ДОО по плану годового плана работы д/с № 161*
Практико-ориентированные	*Формирование практических навыков воспитания детей. Оказание практической помощи семье по направлению «Физическое развитие»*	***Двигательная минутка II младшая группа****: «Комплекс упражнений по методике Бориса Никитина»* ***Совместные досуговые мероприятия*** *Тема: «Игры, в которые играют взрослые и дети». Старшая группа* ***Спортивное развлечение****: «Ярмарка народных подвижных игр». Старшие и подготовительные группы* ***Открытый просмотр утренней гимнастики*** *Тема: «Значение режима дня для здоровья ребёнка». Младшие и средние группы* ***Физкультурный досуг:*** *Тема: «Фитнес с мамой», «Военные учения». Старшие и подготовительные группы* ***Флешмоб «Мы вместе».*** *Старшие и подготовительные группы* ***Мастер- класс с родителями:*** *«Глайдинг-упражнения в домашних условиях»* ***Соревнования с участием родителей:*** *«Веселые старты». Подготовительные группы* ***Конкурс:*** *«Мы здоровью скажем ДА!». Средние, старшие, подготовительные группы* ***Семейные игротеки по физическому развитию.*** *Все группы* ***Физкультурный праздник:*** *«Сто затей для ста друзей». Средние, старшие, подготовительные группы*	*Январь* *Октябрь* *Ноябрь* *Февраль* *Март, Февраль* *Ноябрь* *Январь* *Ноябрь* *Апрель* *1 раз в месяц* *2 раза в год* *Май, февраль*

3. Организационный раздел

3.1. Распорядок и/или режим дня.

Режим организации жизни детей в подготовительной к школе круглосуточной группе

Элементы режима	Длительность основных элементов режима
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.25
Утренняя зарядка	8.00-8.15
Подготовка к завтраку, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	8.25 – 9.00 (8.50)
Завтрак	8.30-8.50
образовательная деятельность (занятия)	9.00-10.10/8.50-10.10 10.30-11.40 (после прогулки)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	10.10-10.45
Дополнительный завтрак. образовательная деятельность в режимных моментах	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	10.45-12.15 (9.00-10.30)
Подготовка к обеду, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	12.15 – 12.35
Обед	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35 – 15.05
Постепенный подъем, гимнастика-побудка,закаливающие мероприятия. образовательная деятельность в режимных моментах	15.05 – 15.15
образовательная деятельность (занятия)	15.15 – 15.45 (15.55-16.25)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	15.55 – 16.25
Подготовка к ужину, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	16.25 – 17.00
Ужин	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00 – 18.30
Образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	18.20 – 19.50
Второй ужин, ОД в РМ	19.50 – 20.10
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 7.10

Режим организации жизни детей в старшей группе

Элементы режима	Длительность основных элементов режима
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.20
Утренняя зарядка	8.00-8.15
Подготовка к завтраку, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00 (8.50)
Завтрак	8.25-8.45
образовательная деятельность (занятия)	9.00-10.00/8.50-9.50 10.30-11.40 (после прогулки)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	10.10-10.40
Дополнительный завтрак. образовательная деятельность в режимных моментах	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	10.40-12.10 (9.00-10.30)
Подготовка к обеду, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.35
Обед	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35 – 15.05
Постепенный подъем, гимнастика-побудка, закаливающие мероприятия. образовательная деятельность в режимных моментах	15.05 – 15.15
образовательная деятельность (занятия)	15.15 – 15.40 (15.50-16.15)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	15.50 – 16.15
Подготовка к ужину, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	16.15 – 17.00
Ужин	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00 – 18.30
Образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	18.20 – 19.50
Второй ужин, ОД в РМ	19.50 – 20.10
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 7.10

Режим организации жизни детей в средней группе

Элементы режима	Длительность основных элементов режима
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.15
Утренняя зарядка	8.00-8.15
Подготовка к завтраку, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	8.15 – 9.00 (8.50)
Завтрак	8.20-8.40
образовательная деятельность (занятия)	9.00-9.50/8.50-9.40 10.30-12.00 (после прогулки)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	10.00-10.30
Дополнительный завтрак. образовательная деятельность в режимных моментах	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	10.30-12.00 (9.00-10.30)
Подготовка к обеду, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.15
Обед	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Постепенный подъем, гимнастика-побудка,закаливающие мероприятия. образовательная деятельность в режимных моментах	15.10 – 15.25
образовательная деятельность (занятия)	15.25 – 15.45
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	15.25-16.10
Подготовка к ужину, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	16.10 – 17.00
Ужин	16.15-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00 – 18.30
Образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	18.20 – 19.50
Второй ужин, ОД в РМ	19.50 – 20.10
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 7.10

Режим организации жизни детей во II младшей круглосуточной группе

Элементы режима	**Длительность основных элементов режима**
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.05
Утренняя зарядка	8.00-8.15
Подготовка к завтраку, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	8.15– 9.00 (8.50)
Завтрак	8.15-8.30
образовательная деятельность (занятия)	9.00-9.40/8.50-9.30 10.40-12.00 (после прогулки)
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	9.50-10.30
Дополнительный завтрак. образовательная деятельность в режимных моментах	9.40-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	10.30-12.00 (9.00-10.30)
Подготовка к обеду, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.30
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика-побудка,закаливающие мероприятия. образовательная деятельность в режимных моментах	15.00 – 15.15
образовательная деятельность (занятия)	15.20 – 15.35
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: наблюдение, чтение худ. литературы, труд, игры и др.	15.15-16.00
Подготовка к ужину, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность	16.00 – 17.00
Ужин	16.10-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00 – 18.30
Образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность детей	18.30 – 19.30
Второй ужин, ОД в РМ	19.30 – 19.50
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.50 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 7.10

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

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

непосредственно образовательной деятельности. В ряде детских садов АНО также в двигательный режим введен оздоровительный бег на воздухе.

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

Модель двигательного режима детей в детском саду

№	Компоненты	Особенности организации
1.Физкультурно - оздоровительная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Длительность 10-15 мин.
1.2	Оздоровительный бег	Ежедневно во время утренней гимнастики. Длительность 5-10 мин.
1.3	Физкульминутка	Ежедневно, в образовательной деятельности, во взаимосвязи с темой, длительность 2-3 мин.
1.4	Подвижные прогулке игры на	Ежедневно во время прогулки. Воспитатель проводит игры, с интенсивной двигательной активностью, игры средней подвижности и игры малой подвижности.
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки.
1.6	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами и самомассажем	Ежедневно, по мере пробуждения и подъёма детей. Длительность 10-20 мин.
1.7	Пробежка дорожкам по массажным	Как часть гимнастики после дневного сна, сочетать с воздушными ваннами, каждый день по 5 мин.
2.Непосредственно образовательная деятельность		
2.1	По физической культуре	Три раза в неделю. Третье - на воздухе (старший дошкольный возраст) в конце прогулки.
3.Самостоятельная деятельность		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4.Совместная физкультурно - оздоровительная работа с семьями воспитанников.		
4.1	Участие родителей в физкультурно – оздоровительных, массовых мероприятиях д/с.	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, прогулок - походов, посещения открытых занятий во время дня открытых дверей для родителей.

Модель оздоровительного режима

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

Перечень закаливающих мероприятий

№ п/п	*Виды закаливающих мероприятий*	*1 младшая группа*	*2 младшая группа*	*Средняя группа*	*Старшая группа*	*Подготови-тельная группа*
1. Основные виды закаливания						
4.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе		Сентябрь-октябрь	Сентябрь - октябрь	+	+
5.	Одностороннее проветривание	+	+	+	+	+
6.	Обеспечение температурного режима помещений	+	+	+	+	+
7.	Полоскание зева прохладной водой	Элементы обучения полоскания водой комнатной температуры	+	+	+	+
8.	Босоножье	Iкв-в носках II-IIIкв-босиком с 3-х до 20-ти минут	+ до 30 мин	+ до 40 мин	+ до 1 часа	+ до 1,5 час
9.	Прогулки на свежем воздухе	+	+	+	+	+
10.	Сквозное проветривание	+	+	+	+	+
11.	Игры с водой	+	+	+	+	+
12.	Обрызгивание тела из брызгалок (летом)		+	+	+	+
13.	Солнечные ванны	+	+	+	+	+
14.	Физкультурные занятия на свежем воздухе	+	+	+	+	+

	(двигательный час)					
15.	Облегченная одежда на физкультурных занятиях	+	+	+	+	+
16.	Сон при открытых фрамугах	+	+	+	+	+
17.	Сон без маек	Со второй половины учебного года	+	+	+	+
18.	Физические упражнения после дневного сна	II квартал	+	+	+	+
19.	Оздоровительный бег на свежем воздухе.			+	+	+
2.Специальные (интенсивные) методики закаливания						
20.	Ходьба по мокрой траве (летом)	+	+	+	+	+
21.	Обширное умывание прохладной водой	Руки и лицо водой комнатной температуры	Руки до локтя, лицо, шея	+	+	+
22.	Купание в открытом бассейне (летом)		+	+	+	+

3.2. Расписание видов деятельности на учебный год (включая доп. образование).

	Содержание работы	Понедельник	группы	Вторник	группы	Среда	группы	Четверг	группы	Пятница	группы
1	НОД	9.00-9.30 9.40-10.10 10.50-11.10 11.20-11.45 12.00-12.30	43 42 62 51 41	9.00-9.30 9.40-10.05 10.05-10.25 10.40-11.00	42 51 61 62	9.00-9.15 9.25-9.40 10.40-11.05 11.15-11.45	71 72 52 43	9.00-9.30 9.50-10.05 10.40-11.00 9.50-10.20 9.55-10.20 11.45-12.10	41 73 61 43 (на свежем воздухе) 52 (на свежем воздухе) 51 (на свежем воздухе)	9.00-9.25 9.35-9.55 9.55-10.15 10.50-11.05 11.15-11.30 11.40-11.55 10.00-10.30 10.00-10.30	52 62 61 72 73 71 41 (на свежем воздухе) 42 (на свежем воздухе)

71,72,73 - II-я младшая группа

61,62-средняя группа

51,52-старшая группа

41,42,43-подготовительная группа

3.3. Результаты наблюдений за детьми (педагогическая диагностика).

Педагогическая диагностика (оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе их дальнейшего планирования) проводится в ходе наблюдений за активностью детей за спонтанной и специально организованной деятельности.

Педагогический мониторинг проводится 2 раза в год и представляет собой систему характеристик, соответствующих возрасту ребенка.

- Результаты педагогической диагностики (индивидуального развития) воспитанников (диагностические карты, карты наблюдений и прочее) хранятся в на рабочем месте специалиста до момента выпуска в школу и используются исключительно для:
  - индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или коррекции особенностей его развития), оптимизации работы с группой детей;

- изучения, анализа и корректировки профессиональной деятельности педагогов по использованию форм, методов, средств организации воспитательно-образовательного процесса;
- организации эффективного взаимодействия с семьями воспитанников;
- создания развивающей предметно-пространственной среды.

3.4. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания и особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

Средства обучения и воспитания			
Направление развития	Центр детской активности	Основное назначение	**Оснащение развивающей предметно – пространственной среды материалами и средствами обучения**
Физическое развитие	*Двигательный центр в группах*	*Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности*	*Кегли, обручи,эспандеры(резиновые ,для рук,для ног),маты,мячи (пластмассовые,резиновые ,мягкие,массажные,тенисные), ракетки для тенниса,массажеры для рук(резиновые,пластмассовые) ,кольцебросы,мешочки с песком,ленточки,кубики мягкие,скакалки,гантели,кольцо для баскетбола напольное,коврики массажные, канат,,летающие тарелки,теннисные шары,валанчик,шайбы,палки гимнастические,гольф,массажный бугор,круг здоровья,игра(баскетбол),(попрыгунчики),палочки деревянные,массажные коврики,гимнастическая стенка,дуга малая спортивная,мишень,конусы,моталочки,кубы мягкие,тоннель,балансир деревянный,клюшки,спортивный комплекс,маски*
	Спортивный зал	*Организация образовательно-воспитательного процесса направленного на физическое развитие воспитанников.*	*Мячи футбольные, диск « Здоровье»,мячи баскетбольные,маты,мячи большие,ворота футбольные,конусы,туннели,пирамида,флажки для ОРУ,булавы,дорожки массажные для ног,скамейки гимнастическме,лесницы спортивные,гантели,мячи(пластмассовые,резиновые,массажные),конусы,скакалки,палочки гимнастические,канаты,ролики,ракетки теннисные,конструктор,кубы,эспандеры для рук,эспандеры для ног,массажные круги,обручи,баскетбольное кольцо,балансир*

			деревянный,шведская стенка,доска гладкая с зацепами,доска ребристая,дорожка «Змейка»,корзины для метания,мячи большие,обручи(малые,большие),ленты для ОРУ,маски
	Спортивная площадка	*Это компонент участка детского сада (развивающей физкультурно-игровой среды дошкольного учреждения), предназначенный для проведения с детьми утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, спортивных праздников и развлечений.*	*Лавочки гимнастические.кольцо для баскетбола,дуга большая спортивная,мишень регулируемая ,спортивный комплекс «Жираф»,лазелка металлическая,лестница спортивная,ворота футбольные,лыжи,санки,палки гимнастические,гантели,самокаты,скакалки,мячи.*
	Бассейн	*Проведение организованных занятий по плаванию для физического развития и укрепления здоровья детей, подвижных игр и развлечений на воде; самостоятельной двигательной активности детей.*	*Доски для плавания,круги,дуги,мячи,ласты,массажные коврики,игрушки для бассейна,шапочки для плавания,трубки для плавания под водой,игрушки для ныряния.*
	Тренажерный зал	*Проведение занятий в тренажерном зале для укрепления сердечно-сосудистой системы,вестибулярного аппарата , формирование правильной осанки у дошкольника,содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного*	*Тренажер «Бегущий по волнам»,тренажер «Штанга»,тренажер «Беговая дорожка»,тренажер «Велосипед»,тренажер «Гребля»,тренажер «массажная дорожка».*

		аппарата.	

3.5. Особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

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

Развивающая предметно-пространственная среда *обеспечивает*:

- реализацию основной общеобразовательной программы ДС;
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- учет возрастных особенностей детей и построена на следующих принципах:

- насыщенность;
- трансформируемость;
- полифункциональность;
- вариативность;
- доступность;
- безопасность.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

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

- игровую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами;
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

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

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

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

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность

детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

-исправность и сохранность материалов и оборудования.

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

Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса.

ДОО располагает всем необходимым оборудованием, методическими и дидактическими пособиями для реализации поставленных задач.

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

3.6. Используемые Программы, методические пособия.

Перечень используемой методической литературы (указать используемый учебно-методический комплект).

Необходимые для осуществления воспитательно-образовательного процесса программы, технологии, методические пособия, в том числе комплексные и парциальные программы реали- зуются в соответствии с ФГОС ДО и будут заменены другими, как только будет утвержден Мини- стерством образования РФ перечень соответствующих примерных основных образовательных программ.

Используемые образовательные программы и педагогические технологии:

Содержание обязательной части ООП в детском саду построено с учетом содержания комплексной программы «Из детства в отрочество» - с учетом комплексной программы «Детство» (п/р. Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой, Л.М. Гурович, СПб, «Детство - Пресс», 2014). Для детей раннего возраста – на основе образовательной программы дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет (п/р. Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой, «Мозаика», 2019).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений:

1. А.А.Ошкина «Будьте здоровы!»
2. Е.К. Воронова «Обучение плаванию»;
3. О.Ю.Загайнова, О.В.Каспарова, Т.С.Федорова, Т.М.Филатова, Р.Е.Шнайдер «Волжская земля – родина моя».

В процессе воспитательно-образовательной деятельности в детском саду используются современные педагогические технологии:

- Педагогическая технология, основанная на ТРИЗ и РТВ (Г.С. Альтшуллер, Н.Н. Хоменко, Т.А. Сидорчук)

- Педагогическая технология развивающих игр (Б.П. Никитин)
- Метод проектов (Д.Дьюи, У. Килпатрик)
- Здоровьесберегающие технологии (М.Л. Лазарев, М.А. Рунова, О.В. Козырева и др.)
- Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Программа по физическому воспитанию дошкольников. – М.: Баласс, Изд. Дом РАО, 2005. – 144с.;

3.2. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы

Организационные условия для участия общественности в совершенствовании и развитии ООП включают:

- предоставление открытого доступа к тексту Программы в электронном и бумажном виде;
- предоставление возможности давать экспертную оценку, рецензировать и комментировать ее положения на научных, экспертных и профессионально-педагогических семинарах, научно- практических конференциях;
- предоставление возможности апробирования Программы, в т.ч. ее отдельных положений, а также совместной реализации с вариативными образовательными программами на базе экспериментальных площадок и других заинтересованных организаций, участвующих в образовательной деятельности и обсуждения результатов апробирования с Участниками совершенствования Программы.

В целях совершенствования работы по совершенствованию ресурсов ООП запланирована следующая работа:

Перспективы работы по совершенствованию ресурсов реализации Программы

Направление	Содержание
Совершенствование нормативных и научно-методических ресурсов	Разработка и публикация в электронном и бумажном виде на городском, региональном, всероссийском, международном уровнях: научно-методических материалов по обеспечению условий реализации ООП, практических материалов и рекомендации по реализации ООП. Апробирование разработанных материалов в детском саду.
Совершенствование и развитие кадровых ресурсов	Проведение обучающих мастер-классов, семинаров, тренингов по проблеме совершенствования воспитательно-образовательной работы специалистов и воспитателей с детьми Привлечение молодых специалистов. Систематическое повышение квалификации педагогических кадров. Аттестация педагогических кадров в соответствии с графиком.

Развитие информационных ресурсов	Размещение на сайте детского сада, социальных сетях методического и практического материала по реализации ООП. Размещение на стендах детского сада актуальной информации о проведении научно- практических и обучающих семинаров, вебинаров по проблеме реализации ООП детского сада. Повышение компьютерной грамотности педагогических кадров.
Совершенствование материально-технических ресурсов	Пополнение РППС современными интерактивными пособиями для образовательного процесса. Для реализации приоритетного направления «Физическое развитие» оборудование физкультурного и тренажерного зала новыми тренажерами. Оборудование стадиона детского сада для физического развития детей дошкольного возраста.

4. Рабочая программа воспитания инструктора по физической культуре

Модуль «Я и моя семья, детский сад, мои друзья»

1,5 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Я и моя семья				

Рассматривание картинок, изображающих семью — детей и родителей, семейных альбомов. Узнавание членов семьи, название их, понимание заботы родителей о детях. Слушание и исполнение песен о семье. Разучивание пальчиковых игр «Бабушкины потешки» Организация совместных с членами семьи досугов (чаепития, развлечения)	Представление о семье, членах семьи, их отношениях (родители и дети любят друг друга, заботятся друг о друге). Отвечать на вопросы о своей семье, о радостных семейных событиях. Слушание и исполнение песен о семье. Разучивание пальчиковых игр «Бабушкины потешки» Организация совместных с членами семьи досугов (чаепития, развлечения)	Представление о семейных делах, событиях жизни (совместный отдых, приобретение домашних животных, посещение кафе, зоопарка, цирка, новоселье, выезд на дачу). Участие в ситуациях «добрых дел», направленных на членов семьи. Изготовление приветственных открыток друзьям и близким. Слушание и исполнение песен о семье, членах семьи (папе, маме, дедушке, бабушке, старших братьях и сёстрах); Организация совместных с членами семьи досугов (чаепития, развлечения); · Рассматривание и обсуждение семейных фотографий; · Ситуативные разговоры и беседы по теме праздника	Обогащение представлений о семье, семейных и родственных отношениях: члены семьи, ближайшие родственники по линии матери и отца. Понимание того, как поддерживаются родственные связи (переписка, разговор по телефону, посещения, электронная почта), как проявляются в семье забота, любовь, уважение друг к другу. Знание некоторых семейных традиций, любимых занятий членов семьи. Представления о поведении в случае болезни кого-то из членов семьи, некоторые правила помощи больному. Правила отношения к пожилым людям в семье. Проектная деятельность (создание генеалогических деревьев) Мастерская (изготовление предметов быта, личного пользования, подарков - сувениров для членов семьи, атрибутов для сюжетно-ролевых игр по теме праздника) Организация совместных с членами семьи (родителями, старшими братьями и сёстрами, дедушками и бабушками) дел (уборка группы, создание рабатки или клумбы, грядки в огороде и др.), конкурсов и соревнований, выставок поделок; Рассказы из личного опыта (интересный случай из жизни семьи или её членов; награды членов семьи и др.) Семейный конкурс «Герб нашей семьи».	Активное проявление добрых чувств по отношению родителям, близким родственникам, членам семьи. Представления о семейных и родственных отношениях, некоторые сведения о родословной семьи. Досуг семьи, взаимные чувства, правила общения в семье, семейный бюджет, значимые и памятные события. Гордость своей семьей, умение выразить близким свою любовь, внимание, готовность помочь. Проектная деятельность (создание генеалогических деревьев) Мастерская (изготовление предметов быта, личного пользования, подарков - сувениров для членов семьи, атрибутов для сюжетно-ролевых игр по теме праздника) Организация совместных с членами семьи (родителями, старшими братьями и сёстрами, дедушками и бабушками) дел (уборка группы, создание рабатки или клумбы, грядки в огороде и др.), конкурсов и соревнований, выставок поделок; Рассказы из личного опыта

				(интересный случай из жизни семьи или её членов; награды членов семьи и др.) Семейный конкурс «Герб нашей семьи».
Я и детский сад, мои друзья				
Узнавание своей группы, воспитателей. Ориентация в помещении группы. Понимание правила «можно», «нельзя». По показу и напоминанию взрослого здороваются, прощаются, говорят «спасибо», «пожалуйста». Проявление внимания к словам и указаниям воспитателя, действуют по его	Представление об элементарных правилах культуры поведения, упражнение в их выполнении (здороваться, прощаться, благодарить). Понимание, что у всех детей равные права на игрушки, что в детском саду мальчики и девочки относятся друг к другу доброжелательно, делятся игрушками, не обижают друг	Освоение правил и форм проявления вежливости, уважения к старшим: здороваться, прощаться, обращаться к взрослым на «вы», к воспитателю по имени-отчеству, благодарить. Освоение правил и форм вежливого и доброжелательного отношения к сверстникам в детском саду: обращаться по именам, избегать грубого тона, быть приветливым, дружелюбным, уважать игровое	Знакомство детей с правилами культуры поведения по отношению к взрослым и сверстникам. Упражнение в использовании культурных форм общения: обращаться к взрослым по имени и отчеству, на «вы», вежливо обращаться с просьбой, самостоятельно здороваться, прощаться, благодарить за помощь и заботу. Быть дружелюбным и справедливым по отношению к сверстникам. В разговоре смотреть на собеседника, говорить приветливо, не перебивать говорящего и не прерывать разговора, если он не закончен, избегать грубого тона в общении. Умение оценить поступки с позиции правил культуры поведения и общения.	Дальнейшее освоение правил культуры общения со взрослыми и детьми (сверстники и малыши), норм этикета (культура поведения за столом, поведение в гостях, культурные нормы разговора и пр.). Правила поведения в общественных местах, правила уличного движения. Представления, конкретные формы проявления уважения к старшим, заботливого отношения к малышам и пожилым людям.

примеру и показу. Участие вместе с воспитателем и детьми вобщих подвижных, музыкальных, сюжетных и хороводных играх. мастерская (обсуждение, выбор и изготовление вместе с родителями детей по-дарков для сотрудников детского сада (поздравительных открыток, закладок, лепка бус с последующей росписью); создание коллективных работ (панно) «Ладошки нашей группы»); Организация посильной помощи воспитателю и помощникам воспитателей; Слушание и исполнение песен, посвященных детскому саду; «Детский сад ждет ребят!» - разучивать слова песен «Дождик» В.Костенко,	друга. . Участие вместе с воспитателем и детьми в общих подвижных, музыкальных, сюжетных и хороводных играх. мастерская (обсуждение, выбор и изготовление вместе с родителями детей подарков для сотрудников детского сада (по-здравительных открыток, закладок, лепка бус с последующей росписью); создание коллективных работ (панно) «Ладошки нашей группы»); Организация посильной помощи воспитателю и помощникам воспитателей; Слушание и исполнение песен, посвященных детскому саду; «Детский сад ждет ребят!» - разучивать слова	пространство другого ребенка, делиться игрушками, быть неравнодушным к состоянию и проблемам сверстников в группе. Проектная деятельность (конструирование здания или создание макета детского сада; выкладывание здания детского сада из мелких предметов); · наблюдения за трудом работников детского сада; · тематические экскурсии по детскому саду (на пищеблок, в медицин-ский кабинет, прачечную, спортивный зал и т. д.); Организация посильной помощи воспитателю и помощникам воспитателей;	Проектная деятельность (конструирование здания или создание макета детского сада; выкладывание здания детского сада из мелких предметов); наблюдения за трудом работников детского сада; · тематические экскурсии по детскому саду (на пищеблок, в медицинский кабинет, прачечную, спортивный зал и т. д.);	

«Желтенькие листики» Е.Соколова, «Лошадка» Е. Макшанцев, «В садик мы ходили» О.Юдина. «В детском садике игра – собирайся детвора!» - повторять движения тан-ца, игры «Каблучок» Е.Железнова.	песен «Дождик» В.Костенко, «Желтенькие листики» Е.Соколова, «Лошадка» Е. Макшанцев, «В садик мы ходили» О.Юдина. «В детском садике игра – собирайся детвора!» - повторять движения танца, игры «Каблучок» Е.Железнова.			

Виды организации деятельности воспитателя и обучающихся по реализации Программы воспитания:

- игры (сюжетно-ролевые, драматизация и др);
- игровые ситуации;
- беседы, викторины;
- смотры-конкурсы, выставки;
- тренинги общения;
- беседы, обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций;
- просмотр и обсуждение кинофильмов, мультфильмов, презентаций.

Примерные формы - традиционные события, мероприятия модуля:

- Проектная деятельность. Такая форма совместной деятельности, как проекты помогают в развитии партнерских отношений, помогают взрослым и детям научиться работать в «команде», овладеть способами коллективной деятельности; объединить усилия педагогов, родителей и детей с целью реализации проекта: проекты «С папой я своим дружу, его дружбой дорожу», «Дерево моей семьи», «Доброта внутри нас», «В детский сад с улыбкой», «Новогодняя

сказка в группе» и др.

- Социальные акции – совместные с дошкольниками, педагогами и родителями комплексы дел (экологической, патриотической, трудовой направленности), ориентированные на преобразование окружающего ребенка ближайшего социума (группы, детского сада, участка и т.п.).
- Семейные клубы, студии. Семейные художественные студии — это своего рода художественные мастерские, объединяющие семьи воспитанников для занятий творчеством в сопровождении педагога.
- Совместные праздники и развлечения. Семейный праздник в детском саду — это особая традиция, объединяющая педагогов и семьи воспитанников по случаю какого-либо события: день семьи – «От счастья ключи в семье ищи», День Матери, День друзей, День спасибо и пр.
- Выставки совместного творчества
- Неделя этикета и вежливости

Перечень видов и форм деятельности носит примерный характер, и может быть изменен и дополнен на усмотрение детского сада. В каждом модуле программы должны быть описаны те формы и виды деятельности, которые используются в образовательной организации

Модуль «Я - гражданин России»

1,5 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
-	-	Родной город: освоение представлений о названии родного города, некоторых городских объектах, Участие в создании рисунков, аппликаций, поделок на тему «Мой город». Освоение начальных представлений о родной стране: название, некоторых общественных праздниках и событиях.	Проявление интереса к родной стране. Освоение представлений о его столице, государственном флаге и гербе. Освоение представлений о содержании основных государственных праздников России, ярких исторических событиях, героях России	Освоение представлений о родном городе — его гербе, названии улиц, некоторых архитектурных особенностях, достопримечательностях Овладение представлениями о местах труда и отдыха людей в городе, об истории города и выдающихся горожанах. Освоение представлений о родной стране — ее государственных символах, столице и крупных городах, особенностях природы. Проявление интереса к ярким фактам из истории и культуры страны и общества, некоторым выдающимся людям России. Проявление желания участвовать в праздновании Государственных праздников и социальных акциях страны и города.

Виды организации деятельности воспитателя и обучающихся по реализации Программы воспитания:

- экскурсии

- социальные, воспитательные акции
- проекты
- продуктивная деятельность: изготовление макета «Город»
- общественные праздники: праздник «Рисунок на асфальте в день защиты детей
- конкурсы, викторины

Примерные традиционные события, мероприятия модуля «Я - гражданин России»:

- Культурно-досуговые мероприятия и праздники:
  - «День знаний» (1 сентября)
  - «День воспитателя» (27 сентября)
  - «День народного единства» (4 ноября)
  - «Новый год»
  - «День защитника Отечества» (23 февраля)
  - «Международный женский день 8 Марта»
  - «Всемирный день здоровья»
  - «День космонавтики» (12 апреля)
  - «День труда» (1 мая)
  - «День Победы» (9 мая)
  - «Международный день защиты детей»
  - «День России» (12 июня).
- Проекты «Георгиевская ленточка», «Все профессии нужны, все профессии важны» и др.
- Флешмоб «Красная гвоздика»

Модуль «Мы такие разные, и такие одинаковые»

1,5 – 3 г.	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Познакомить детей с: - именами детей и взрослых группы, - отличиями мальчиков и девочек в группе, - со способами проявления заботы к членам семьи, - элементарными правилами этикета;	Воспитывать стремление к налаживанию позитивных взаимоотношений с другими детьми Освоение представлений	Познакомить детей со способами проявления любви к близким, основными традициями семьи Развитие интереса к сказкам, песням,	Воспитывать умение устанавливать доброжелательные отношения в процессе взаимодействия посредством обсуждения и договора.	Осознание, что все людистремятся к миру, хотятсделать свою страну богатой, красивой,охраняют природу, чтятсвоих предков. Освоение представлений о многообразии национальностей нашей

- основными способами решения межличностных конфликтов Поддерживать стремление к налаживанию позитивных взаимоотношений с другими детьми Воспитывать интерес к народным игрушкам, песенному и устному русскому народному творчеству	адекватных способов общения с близкими взрослыми (людьми разных поколений – мама, папа, бабушка, дедушка) и детьми (разных возрастов) Развитие интереса к сказкам, песням, играм разных народов.	играм разных народов. Знакомство с людьми разных национальностей — особенностей их внешнего вида, одежды, традиций.	Понимание многообразия россиян разных национальностей - особенностей их внешнего вида, одежды, традиций. Развитие толерантности по отношению к людям разных национальностей, к людям с ограниченными возможностями здоровья	страны; особенностях их внешнего вида национальной одежды, типичных занятиях. Освоение некоторых национальных мелодий, песен, сказок, танцев разных национальностей России. Осознание необходимости проявлять толерантность по отношению к людям разных национальностей Представления, конкретные формы проявления уважения, заботливого отношения к людям с ограниченными возможностями здоровья, пожилым.

Виды организации деятельности воспитателя и обучающихся:

- виртуальные экскурсии
- социальные акции
- проекты
- общественные праздники
- конкурсы, викторины, выставки
- игры народов разных национальностей

Примерные традиционные события, мероприятия модуля «Мы такие разные, и такие одинаковые»

- Неделя толерантности
- День народного единства – «Мы дружбою своей сильны»
- Фестиваль национальных культур «Хоровод дружбы»
- Фестиваль «Мы такие разные»

Модуль «Мы любим трудиться»

1,5 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Наблюдение за процессами труда	Первоначальные представления о том,	Формирование представлений о структуре	Конкретные профессии и взаимосвязи между ними,	Знания о многообразии профессий в современном мире, о содержании

взрослых по обслуживанию детей, что расширяет их кругозор. Называние определенных действий, которые взрослый помогает ребенку выстроить в определенной последова-тельности.	что предметы делаются людьми. Совместно со взрослым устанавливать взаимосвязь «цель — результат» в труде. В процессе наблюдения формирование первоначальных представлений о хозяйственно- бытовом труде взрослых дома и в детском саду. Освоение отдельных действий, затем —процессов самообслуживан ия, связанных с одеванием, умыванием, уходом за своим внешним видом, поведением за столом во время приема пищи. Приучение к соблюдению порядка (не сорить, убирать игрушки и строительный материал на место, быть опрятным).	трудового процесса, взаимосвязи его компонентов на примере конкретных процессов труда (цель труда определяет, какие предметы, материалы и инструменты нужны для выполнения трудовых действий и получения результата). Понимание направленности трудовых процессов на результат (например: повар заботится, чтобы дети были вкусно накормлены). Расширение представлений о предметном мире как результате трудовой деятельности взрослых. Отчетливое представление о процессах самообслуживания, правилах и способах их выполнения. Развитие самостоятельности в выполнении процессов самообслуживания и отдельных процессов хозяйственно- бытового труда	содержание труда в соответствии с общей структурой трудового процесса: цель и мотив, материалы и предметы труда, инструменты и оборудование, набор трудовых действий, результат (Архитекторы проектируют новые здания и мосты; строители осуществляют задуманное; шоферы подвозят строительный материал; менеджеры осуществляют продажу квартир.) Уважение к труду родителей. Развитие самостоятельности в самообслуживании. Расширение объема процессов самообслуживания и хозяйственно- бытового труда Освоение способов распределения коллективной работы по типу общего труда (объединение всех результатов детского труда в единый) и совместного выполнения трудового процесса, когда предмет труда переходит от одного участника труда к другому для выполнения действий. Хозяйственная помощь детей в семье	профессионального труда в соответствии с общей структурой трудового процесса: цель и мотив, материалы и предметы труда, инструменты и оборудование, набор трудовых действий, результат. Представления о личностных качествах представителей разных профессий. Расширение круга обязанностей детей в самообслуживании и хозяйственно-бытовом труде Развитие ответственности за выполнение трудовых поручений. Развитие взаимодействия со сверстниками в процессе самостоятельного выполнения обязанностей дежурных по столовой, уголку природы, подготовке к занятиям. Освоение способов распределения коллективной работы, планирования деятельности, распределения обязанностей по способу общего и совместного труда. Под контролем взрослого освоение обращения с инструментами (иглами, ножницами, пилами, ножами и пр.) и бытовой техникой

Виды организации деятельности воспитателя и обучающихся:

- организация различных видов труда
- трудовые акции
- встречи с интересными людьми
- экскурсии
- ролевые игры

Примерные традиционные события, мероприятия модуля «Мы любим трудиться»

- Трудовая акция «Тропинка добрых дел»
- Проекты «Трудится – всегда пригодится»,
- Проект «Трудовые династии наших родителей»
- Фестиваль «Мир профессий»
- Выставки совместного творчества : «Осенний переполох»
- Фестиваль «Профи-дебют» и др.

<u>Вариативный модуль</u>

Модуль «Добрые традиции»

Построение образовательной траектории на основе обновления воспитательного процесса с учетом соблюдения традиций детского сада, поддержания и укрепления традиций, способствующих воспитанию гражданской позиции, патриотических чувств, развитию толерантных отношений среди всех участников образовательныхотношений.

Это главные традиционные мероприятия дела, в которых задействованы всеучастники образовательных отношений. Такие мероприятия носят в основном массовый уровень с включениемродителей, детей, социальных партнеров, а также, участников других учреждений города, области.

Мероприятия внутри детских садов организации	**Мероприятия выходящиеза пределы организации**
Утренники – ежегодно проводимые творческие (театрализованные, музыкальные, литературные мероприятия) дела, связанные со значимыми для детей и педагогов знаменательными датами ив которых участвуют все группы -совместные физкультурные досуги совместно с семьями учащихся спортивные состязания, праздники, фестивали, представления, которые открывают возможности для творческой самореализациидошкольников и включают их в деятельную заботу об окружающих. - «Зимние (летние) спортивные игры, «Чемпионат по футболу» и др. - «выпускной» - торжественный ритуал посвящения, впервоклассники связанный с переходом	Участие во всероссийских акциях, посвященных значимым отечественным и международным событиям. - социальные проекты – ежегодные совместно разрабатываемые и реализуемые школьниками и педагогами комплексы дел (благотворительной, экологической, патриотической, трудовой направленности),

воспитанников на новую ступень образования, символизирующую приобретение ими нового социального статуса – школьник; - День рождения группы; - «День открытых дверей», во время которых родители могут посещать занятия для получения представления о ходе воспитательно-образовательного процесса в ДС, принимать активное участие в организации различных образовательных мероприятий	ориентированные на преобразование окружающего школу социума. - Спортивные соревнования с другими дошкольными учреждениями Фестиваль национальных культур «Хоровод дружбы»
Индивидуальный подход вовлечение по возможности каждого ребенка в мероприятия детского сада. Индивидуальная помощь ребенку (при необходимости), наблюдение за поведением ребенка в разных ситуациях, за его отношениями со сверстниками, старшими, с педагогами и другими взрослыми. При необходимости коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, через включение его в совместную работу с другими детьми, которые могли бы стать хорошим примером для ребенка	

4.2. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.─ ООН 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: ─ Режим доступа: pravo.gov.ru..
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025г.[Электронный ресурс].─ Режим доступа:http://government.ru/docs/18312/.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарноэпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. – 2013. – 19.07(№ 157).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарноэпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован

Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384). 73

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).

12. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)

13. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08- 249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – № 7.

14. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

Перечень литературных источников, используемых при разработке Программы

1. «Волжская земля – Родина моя». Программа по экологическому образованию дошкольников. / О.В. Каспарова, В.Н. Гандина, О.В. Щеповских /Тольятти 2013г.

2. «Детям об искусстве родного края. Анималистический жанр живописи»./ Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественное творчество»; Л.В. Сергеева, Т.В. Лапшина, Ю.А. Мирная и др./ Ульяновск. 2013

3. «Детям об искусстве родного края. Архитектура»./ Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественно - эстетическое развитие»; Т.Е. Горшенина, О.В. Колбанова/ Ульяновск-Тольятти. 2014

4. «Детям об искусстве родного края. Декоративное прикладное искусство» /Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественное творчество», Л.А. Лаврухина, О.С. Бычкова, Е.Н. Мешканова и др./ Ульяновск. 2013

5. «Детям об искусстве родного края. Портрет»./ Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественно-эстетическое развитие»; Н.В. Колесникова, Л.В. Токарева / Ульяновск - Тольятти. 2014

6. «Детям об искусстве родного края. Скульптура»./ Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественно-эстетическое развитие»; О.В. Харчева, Л.В. Соловьева, О.О. Миронова / Ульяновск - Тольятти. 2014

7. «Детям об искусстве родного края». Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественное творчество» /Л.А. Лаврухина, О.С. Бычкова, Е.Н. Мешканова и др./ Ульяновск. 2013

8. «Детям об искусстве родного края». Методическое пособие по реализации регионального компонента ОО «Художественное творчество» под ред. Т.А. Котляковой, Ульяновск, 2012

9. «Музыкальные шедевры». Авторская программа и методические рекомендации / О.П. Радынова, 1998

10. «Юный эколог». Программа экологического воспитания дошкольников. С.Н. Николаева.М., Мозаика-Синтез 2005

11. «Я, ты, мы»: Социально-эмоциональное развитие детей от 3 до 6 лет. / О.Л.Князева, Р.Б.Стеркина

12. Берегиня. Программа по основам организации безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Р.И.Деревянко, Н.А.Кузнецова, Л.М.Шестакова. Самара, 2000

13. Бережнова О.В., Тимофеева Л.Л. Проектирование образовательной деятельности в детском саду: современные подходы.- М.: Цветной мир, 2013

14. Виноградова Н.А., Микляева Н.В. Интерактивная предметно-развивающая и игровая среда детского сада.- М.: УЦ "Перспектива", 2011

15. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей дошкольного возраста. Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ. - М.: Издательство

16. «ГНОМ и Д»,2004.

17. Закаливание дошкольников в детском саду: методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, М.И. Корчина и др. - Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2011.

18. Короткова Н.А., Нежнов П.Г. Наблюдение за развитием детей в дошкольных группах / Изд. 3-е, дораб. – М.: Линка-Пресс, 2014.

19. Лидия Михайлова-Свирская: Педагогические наблюдения в детском саду. Учебно-практическое пособие для педагогов дошкольного обр. Национальное образование, 2016 г.

20. Михайлова-Свирская Л.В. Индивидуализация образования детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов ДОО (0–7 лет). – М.: Просвещение, 2014.

21. Обучение плаванию в детском саду. Е. К. Воронова. Санкт- Петербург «Детсто-Пресс» 2003.

22. Планирование в современном ДОУ. Методическое пособие под ред Н.В. Микляевой.- М.: ТЦ Сфера, 2013

23. Предметно – пространственная развивающая среда в детском саду. Принципы построения, советы, рекомендации/ Сост. Н.В. Нищева.- СПб, Детство – Пресс, 2011

24. Программа развития речи детей дошкольного возраста в детском саду. / О.С. Ушакова. М., Сфера. 2013

25. Проектная деятельность в дошкольной организации. Учебно-практическое пособие для педагогов. ФГОС ДО Ева Райхерт-Гаршхаммер. Национальное образование, 2016 г

26. Ритмическая мозаика. А.И.Буренина. Программа по ритмической пластике для детей. Санкт- Петербург, 2000 г.

27. С.Л. Слуцкая. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС,2006. приложение к журналу «Обруч».

28. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика/ Н.А. Фомина. (Образовательная система «Школа- 2100» «Детский сад»-2100»)

29. Формирование здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата: Учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, О.В. Харчева, И.Ю. Нечаева. – Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2013.

30. Формирование здорового образа жизни у дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (нарушение зрения): учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева - Тольятти: Форум, 2012.

31. Формирование у дошкольников здорового образа жизни (элемент – двигательная деятельность): учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, Т.С. Олемская, Е.В. Мустафина. - Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2012.

32. Формирование у дошкольников здорового образа жизни (элемент – медицинская активность): учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, Н.Н. Валова. - Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2013.

33. Формирование у дошкольников здорового образа жизни (элемент – рациональное питание): учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, Н.Е. Яровая, М.В. Стрижкова. - Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2012

34. Формирование у старших дошкольников культурно – гигиенических навыков: учебно-

35. методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, Е.Ю. Разумовская, Т.М. Салина. - Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2012.

35.1. Детство. Комплексная образовательная программа дошкольного образования. Автор: Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Михайлова З.А.
35.2. Издательство: Детство-Пресс Год издания: 2016
36. Образовательная область «Речевое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / Сомкова О.Н.; ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО
36.1. «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
36.2. Реализация содержания образовательной области «Речевое развитие» в форме игровых обучающих ситуаций (младший и средний возраст) / автор-сост. О.М. Ельцова. - СПб.: ООО
36.3. «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
37. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие». (Методический комплект программы «Детство»): учебно-методическое пособие / науч. ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
38. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / З.А. Михайлова, М.Н. Полякова, Т.А. Березина, Н.О. Никонова; ред.: А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
39. Образовательная область «Познавательное развитие». (Методический комплект программы
39.1. «Детство»): учебно-методическое пособие / науч. ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО
39.2. «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
40. Образовательная область «Социально-комуникативное развитие». (Методический комплект программы «Детство»): Учебно-методическое пособие / Т.И. Бабаева, Т.А. Березина, Л.С. Римашевская; ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.
41. Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет). ФГОС. Автор: Верещагина Н.В. Издательство: Детство-Пресс Год издания: 2017
42. Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет). ФГОС. Автор: Верещагина Н.В. Издательство: Детство-Пресс Год издания: 2017
43. Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет). ФГОС Автор: Верещагина Н.В. Издательство: Детство-Пресс Год издания: 2017
44. Диагностика педагогического процесса в подготовительной к школе группе (с 6 до 7 лет). ФГОС. Автор: Верещагина Н.В. Идательство: Детство-Пресс Год издания: 2017
45. Образовательная программа дошкольного образования «Теремок» для детей от 2 месяцев до 3 лет/ научный руководитель И.А. Лыкова; **под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой.** — М.: Издательский дом «Цветной мир», 2019

Приложение 1

Фамилия, имя ребенка	Поведенческие особенности	Состояние здоровья	Особенности общения с близкими взрослыми	Особенности общения с другими детьми	Навыки самообслуживания /самостоятельность	Особенности питания/ сна/ «вредные привычки»	Чем любит заниматься	Особенности семьи (полная/ многодетная …)
1.Анаприенко Саша	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
2.Аветисян Нарина								
3.Бадалов Артем								
4.Дырдасова Ева								
5.Зубкова Вероника								
6.Калинина Арина	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
7.Киселев Максим								
8.Кривошеева Алиса								
9.Кирилин Артем								
10.Клюшин Степа								
11.Лопарева Аврора	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
12.Лобанов Максим								
13.Лесов Кирилл								

14.Мусаитова Лейла								
15.Митрофанова Настя								
16.Новиков Максим	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
17.Некрасова Маша								
18.Павлюков Егор								
19.Павлюкова Полина								
20.Сулеймановa Диана	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
21.Тутушин Ваня								
22.Тимербаев Артем								
23.Сухова Адель								
24.Филоненко Богдан								
25.Хаимов Даниэль	**В норме**	**хор**	**общительная**	**Общительная**	**самостоятеная**	**хор**	**футбол**	**полная**
26.Хаустова Люба								
27.Чиликов Коля								

Индивидуальные маршруты детей (Приложение №2)

ФИО	Результаты пед. диагностики (обследования специалистами)	Направления в развитии	Задачи образовательной работы	Формы образовательной работы (педагоги, их реализующие)	*План индивидуальных занятий\ отметка о выполнении*	*Предполагаемый результат*
гр № 51 *Аня Р.* *гр № 52* *Алена М.;* *Соня К.*	*высокий уровень РР* *описание сильных сторон……..*	*выразительность речи;* *….*	*- Формировать умение использовать средства языковой выразительности при рассказе сказок, стихов.* *- Формировать умение драматизировать небольшие сказки, читать по ролям стихотворение.*	*музыкальный руководитель* *драматизация художественных произведений* *участие в театрально-музыкальных постановках* *Воспитатели* *Разучивание стихов* *Предсказывание сказок, рассказов*	*Еженедельно в индивидуальной работе*	*Участие и победы в конкурсах чтецов*