

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом № 3

от 28 августа 2019 г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказом от \_\_\_\_\_\_\_\_

№ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬУРЕ**

**муниципального бюджетного дошкольного**

**образовательного учреждения**

**«Детский сад № 137»**

**РАЗРАБОТАНО**

Лебедева Л.Г. – инструктор по физической культуре

Смирнова А.Н. – старший воспитатель

2019 г.

г. Дзержинск

Нижегородская область

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Стр. |
| **Введение** ………………………………………………………………………………………… | 3 |
| 1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ** ….…………………….. | 4 |
| * 1. Пояснительная записка ………..………………………………………………………. | 5 |
| * + 1. Цели и задачи Программы …………………………………………………….. | 6 |
| * + 1. Принципы и подходы к формированию Программы ……………………….. | 7 |
| * 1. Планируемые результаты ……………………………………………………………… | 7 |
| * 1. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе... | 8 |
| * + 1. Особенности организации педагогической диагностики …………………… | 8 |
| 1. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ** …..................................................................................... | 10 |
| 2.1. Общие положения …………………………………………………………………….. | 10 |
| * 1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»……………….. | 12 |
| **2.3. Взаимодействие взрослых с детьми** ……………………………………………….. | 24 |
| 2.3.1. Особенности адаптации ребенка к условиям детского сада ………………… | 24 |
| 2.3.2. Способы и направления поддержки детской инициативы …………………. | 25 |
| 2.3.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик ………………………………………………………………………………… | 26 |
| * 1. **Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников** …….. | 30 |
| 2.4.1. Взаимодействие педагога с родителями детей 2-й младшей группы ………. | 30 |
| 2.4.2. Взаимодействие педагога с родителями детей средней группы ……………. | 32 |
| 2.4.3. Взаимодействие педагога с родителями детей старшей группы ……………. | 33 |
| 2.4.4. Взаимодействие педагога с родителями подготовительной группы ……….. | 35 |
| **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ** ………………………………………………………. | 36 |
| **3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка** ……... | 36 |
| **3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды** ……………… | 37 |
| 3.2.1. Особенности организации РППС в младших группах ………………………. | 37 |
| 3.2.2. Особенности организации РППС в средних группах ……………………….. | 37 |
| 3.2.4. Особенности организации РППС в группах старшего дошкольного возраста ……………………………………………………………………………………….. | 38 |
| **3.3. Кадровые условия реализации Программы** ……………………………………….. | 38 |
| **3.4. Материально-техническое обеспечение Программы** ……………………………... | 39 |
| 3.4.1. Учебно-методический комплект Программы ………………………………... | 39 |
| 3.4.2. Помещения для занятий, проектов и прочих видов детской деятельности и форм активности ……………………………………………………………………… | 41 |
| 3.4.3. Оснащение предметно-развивающей среды …………………………………. | 41 |
| 3.4.4. **Материально-техническое оснащение физкультурного зала** …………... | 44 |
| 3.4.5. Оборудование на территории МБДОУ ……………………………………….. | 45 |
| **3.6. Планирование образовательной деятельности** ……………………………………. | 46 |
| **3.7. Режим дня и распорядок** ……………………………………………………………… | 88 |
| **3.8. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы** ……………………………………………………………………………………… | 91 |

**Введение**

Современный ребенок – это житель 21 века, на которого оказывают влияние все признаки настоящего времени. Многолетние исследования позволяют нам наметить «штрихи» современного дошкольного детства, которые нельзя не учитывать, организуя образовательный процесс детского сада.

Современный ребенок – маленький гражданин, осознающий себя в современном пространстве страны и города. Он любит свою родину, свою семью, своих сверстников и друзей, желает сделать жизнь лучше, достойнее и красивее. Современный дошкольник ориентирован на познание человека и природы. Он неплохо ориентируется в себе, своем ближайшем окружении, своем настоящем и будущем. Он готов оценивать явления и события жизни с разных точек зрения: интереса, утилитарности, полезности, эстетичности, познания. Современные дети ориентированы на будущее. Это яркая отличительная черта маленьких граждан современности – они с уверенностью смотрят в будущее.

Внутренние резервы современного ребенка раскрываются в разных видах предпочитаемой им деятельности: изобразительной, игровой, музыкальной, литературной. Но, в отличие от сверстников прошлых лет, он уверенно комбинирует их, объединяет между собой, потому что ему так комфортнее и все можно успеть. Он органично вплетает свои представления об этом мире в разные сферы жизнедеятельности. Он – носитель субкультуры, присущей только дошкольнику и отличающей его от детей другого возраста и взрослых.

Современному дошкольнику часто не хватает общения с мамой и папой, сверстниками, он теряется в мире объемной информации, ему хочется больше разговаривать и совместно действовать. Группа детского сада – как раз то место, где он реализует принципиальные для него потребности. Поэтому, детский сад – это вторая семья ребенка, в которой ему благополучно и интересно живется. Современные дети с удовольствием идут в детский сад, любят его!

Жизнь ребенка 21 века очень сильно изменилась и тесно связана с возможностями родителей. Он быстрее, чем взрослый успевает освоить мобильный телефон и компьютер, телевизор и магнитофон. Он слушает и смотрит с родителями одни и те же песни и телепередачи; ходит вместе с семьей в кафе и рестораны, выезжает за границу на отдых, путешествует; ориентируется в марках автомобилей, в рекламе. Он многим интересуется и о многом рассуждает.

В то же время ребенок по-прежнему сориентирован на самоценные, детские виды деятельности. Он любит играть, сочинять, фантазировать, радоваться и рассуждать. В детской деятельности современного ребенка можно увидеть и стремление к интеграции, то есть объединению разных видов деятельности в один процесс. В новых видах деятельности, таких как экспериментирование, создание микро и макро-проектов, коллекционирование, импровизация современных детей привлекает сам процесс, возможность проявления самостоятельности и свободы, реализации замыслов, возможность выбирать и менять что-то самому.

Все эти новые черты современного дошкольного детства нашли отражение в Программе.

В Программе в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

* выделено три раздела: целевой, содержательный, организационный;
* представлено содержание и особенности организации образовательного процесса дошкольных группах (Дошкольное Детство);
* дана характеристика особенностей развития детей и планируемых результатов освоения программы в каждой возрастной группе в области «Физическое развитие»;
* раскрыты особенности игры как особого пространства развития ребенка;
* особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик детей; способы и направления поддержки детских инициатив; особенности организации педагогической диагностики и мониторинга;
* охарактеризованы особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников;
* определено содержание методических материалов и средств обучения и воспитания; представлен режим дня во всех возрастных группах, включая период адаптации ребенка к условиям детского сада; традиционных событий, праздников, мероприятий; особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Программа представляет собой единый программно-методический комплекс, включающий:

* методическое обеспечение реализации содержания Программы в дошкольных образовательных организациях и в семье;
* методическое обеспечение процесса подготовки педагога, готового к реализации Программы.
* диагностика развития ребенка и образовательного процесса в условиях реализации Программы.

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ** 
   1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее Программа) обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направ­лению – физическому. Программа обеспечивает достижение воспитанниками готовности к школе.

Содержание Программы определяется возможностями образовательного учреждения и образовательными запросами основных социальных заказчиков – родителей воспитанников (законных представителей), с учетом особенностей психофизического развития и возможностей детей.

Программа разработана на основе примерной основной общеобразовательной программы «Детство» под общей редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе.

Основными участниками воспитательно-образовательного процесса являются дети, родители (лица их заменяющие), педагоги ДОУ.

Рабочая программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

* Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.
* 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».
* Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
* Устав МБДОУ «Детский сад № 137»
* ООП МБДОУ «Детский сад № 137»
  + 1. **Цели и задачи Программы**

Дошкольный возраст — яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период начинается процесс социализации, устанавливается связь ребенка с ведущими сферами бытия: миром людей, природы, предметным миром. Происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям. Закладывается фундамент здоровья.

Дошкольное детство — время первоначального становления личности, формирования основ самосознания и индивидуальности ребенка. Поэтому Программа создана как программа обогащенного развития детей дошкольного возраста, обеспечивающая единый процесс социализации — индивидуализации личности через осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей.

**Цель Программы** – создание для каждого ребенка в детском саду возможности для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в физической деятельности, творческой самореализации.

Это станет возможно, если взрослые будут нацелены на:

* развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.
* создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и в соответствующих возрасту видах деятельности;
* создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Программа, разработанная на основе ФГОС ДО, ориентирована на:

* охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
* обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
* формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
* формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
* обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
* .

Приоритетными **задачами** развития и воспитания детей являются:

* укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ его двигательной и гигиенической культуры;
* целостное развитие ребенка как субъекта посильных дошкольнику видов деятельности;
* обогащенное развитие ребенка, обеспечивающее единый процесс социализации–индивидуализации с учетом детских потребностей, возможностей и способностей;
* развитие на основе разного образовательного содержания эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию, готовности к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках;
* пробуждение творческой активности и воображения ребенка, желания включаться в творческую деятельность;
  + 1. **Принципы и подходы к формированию Программы**

Содержание Программы человекоориентированно и направлено на воспитание гуманного отношения к миру. Оно выстроено в соответствии с актуальными интересами современных дошкольников и направлено на их взаимодействие с разными сферами культуры: с изобразительным искусством и музыкой, детской литературой и родным языком, миром природы, предметным и социальным миром, игровой, гигиенической, бытовой и двигательной культурой. Такое широкое культурно-образовательное содержание становится основой для развития познавательных и творческих способностей, для удовлетворения индивидуальных склонностей и интересов детей на разных ступенях дошкольного детства.

Доступное содержание культуры раскрывается дошкольнику в своем объектном, ценностном, и деятельностно-творческом выражении. В каждом разделе программы предусматривается действие общего механизма: происходит увлекательное знакомство детей с характерными для той или иной области культуры объектами, освоение в разнообразной деятельности познавательных, практических, речевых и творческих умений, позволяющих ребенку проявить в меру своих индивидуальных возможностей самостоятельность и творческую активность, создаются условия для эмоционального принятия детьми соответствующих моральных и эстетических ценностей. В результате дошкольник приобретает необходимый личный социокультурный опыт, который становится фундаментом полноценного развития и готовности к школе.

Ребенок дошкольного возраста это, прежде всего, неутомимый деятель, с удовольствием и живым интересом познающий и проявляющий себя в окружающем пространстве. Процесс развития дошкольника осуществляется успешно при условии его активного и разнообразного взаимодействия с миром.

Деятельностная природа дошкольника подчеркнута в девизе программы «Чувствовать-Познавать-Творить». Эти слова определяют три взаимосвязанные линии развития ребенка, которые пронизывают все разделы программы, придавая ей целостность и единую направленность, проявляясь в интеграции социально-эмоционального, познавательного и созидательно-творческого отношения дошкольника к миру.

**Реализация Программы ориентирована** на:

* создание каждому ребенку условий для наиболее полного раскрытия возрастных возможностей и способностей, так как задача дошкольного воспитания состоит не в максимальном ускорении развития дошкольника, и не в форсировании сроков и темпов перевода его на «рельсы» школьного возраста.
* обеспечение разнообразия детской деятельности – близкой и естественной для ребенка: игры, общения со взрослыми и сверстниками, экспериментирования, предметной, изобразительной, музыкальной. Чем полнее и разнообразнее детская деятельность, тем больше она значима для ребенка и отвечает его природе.
* ориентацию всех условий реализации программы на ребенка, создание эмоционально-комфортной обстановки и благоприятной среды его позитивного развития.

**Программа соответствует принципам:**

* полноценного проживания ребёнком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
* построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования;
* содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
* поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;
* сотрудничества с семьёй;
* приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
* формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
* возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
* учёта этнокультурной ситуации развития детей.

**Научные основы Программы:**

Научные основы Программы связаны с развитием идеи субъектного становления человека в период дошкольного детства.

Фундаментальность научной идеи о возможности развития дошкольника как субъекта через детские виды деятельности и необходимости разработки педагогических условий такого развития, по сути, определяет инновационный потенциал развития Программы.

Именно ориентация Программы на субъектное развитие ребенка делает дошкольника не просто центром образовательных практик и взаимодействий, а источником изменений, не узнав и не поняв которые, невозможно проектировать какие бы то ни было инновационные преобразования.

**Базовые идеи Программы:**

* идея о развитии ребенка как субъекта детской деятельности.
* идея о феноменологии современного дошкольного детства.
* идея о целостности развития ребенка в условиях эмоционально насыщенного, интересного, познавательно привлекательного, дающего возможность активно действовать и творить образовательного процесса.
* идея о педагогическом сопровождении ребенка как совокупности условий, ситуаций выбора, стимулирующих развитие детской субъектности и ее проявлений - инициатив, творчества, интересов, самостоятельной деятельности.
  1. **Планируемые результаты**

Требования ФГОС ДО к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обусловливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от ее характера, особенностей развития детей и ДОУ. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики, и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

**Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:**

* у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
* ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Целевые ориентиры Программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования, предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

* 1. **Развивающее оценивание качества**

**образовательной деятельности по Программе**

Оценивание качества образовательной деятельности является важной составной частью образовательной деятельности, направленной на ее усовершенствование. Концептуальные основания оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также ФГОС ДО.

Оценивание соответствия образовательной деятельности направлено на оценивание созданных МБДОУ условий в процессе образовательной деятельности.

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Оценивание качества освоения воспитанниками Программы**

В диагностике используются критерии, разработанные в Программе, уровневый подход к оценке достижений ребенка и организации педагогического процесса в группе детей.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 100% |  | Ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно |
| 66,7% |  | Ребенок выполняет все параметры оценки с помощью взрослого |
| 33,3% |  | Ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает |

Индивидуальные карты развития воспитанника, разработаны на основе «Диагностики педагогического процесса в дошкольной образовательной организации» Верещагиной Н.В. для всех возрастных групп, и заполняются в начале и в конце каждого учебного года для проведения сравнительного анализа.

**Индивидуальная диагностическая карта развития воспитанника 2 младшей группы**

Ф.И.О. воспитанника \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | сент | май | Ср. балл по ОО |
| **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»** | | | |
| * 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 |  |  |

**Индивидуальная диагностическая карта развития воспитанника средней группы**

Ф.И.О. воспитанника \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | сент | май | Ср. балл по ОО |
| **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»** | | | |
| * В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость |  |  |  |
| * Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук |  |  |
| * Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности |  |  |
| * Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность |  |  |
| * Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна |  |  |
| * Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: 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 внимание взрослого в случае недомогания |  |  |
| * Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации |  |  |
| * Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого |  |  |

**Индивидуальная диагностическая карта развития воспитанника старшей группы**

Ф.И.О. воспитанника \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | сент | май | Ср. балл по ОО |
| **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»** | | | |
| * Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений) |  |  |  |
| * в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость |  |  |
| * в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании |  |  |
| * 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 игру |  |  |
| * мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья 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) |  |  |

**Индивидуальная диагностическая карта развития воспитанника подготовительной группы**

Ф.И.О. воспитанника \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | сен | май | Ср. балл по ОО |
| **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»** | | | |
| * Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные) |  |  |  |
| * В двигательной деятельности 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 двигательной 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, правилами здорового питания, 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) |  |  |

Технология работы с таблицами включает в себя 2 этапа.

**1 этап.** Баллы проставляются в каждой ячейке напротив указанного критерия, затем считается итоговый показатель по образовательной области (среднее значение = все баллы сложить по столбцу и разделить на количество критериев) и уровню развития ребенка в целом.

**2 этап.** Когда все дети прошли диагностику, подсчитывается итоговый показатель по группе и заносится в сводную таблицу диагностики педагогического процесса воспитанников по образовательным областям (среднее значение = сложить среднее значение каждого ребенка по образовательной области и разделить на количество продиагностированных детей) и группе детей в целом (среднее значение = сложить среднее значение по образовательной области группы и разделить на количество образовательных областей).

Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребенку или общегрупповому параметру развития больше 1,8. Эти же параметры в интервале 1,2-1,8 можно считать показателями проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности в организации педагогического процесса в группе. Показатели ниже 1,2 будут свидетельствовать о выраженном несоответствии развития ребенка возрасту, а также необходимости корректировки педагогического процесса.

Результаты диагностики используются преимущественно для обнаружения сильных сторон ребенка и определения перспектив его развития, а также ведения педагогического процесса воспитанников. Полученная в результате диагностики информация и сделанные на ее основе выводы помогают педагогу предположить возможные действия ребенка в разных ситуациях и понять, какие достижения ребенка следует всячески поддержать и развивать дальше, в чем именно требуется оказать этому ребенку помощь.

Искусство педагога как раз заключается в том, чтобы открыть перед каждым ребенком перспективы его развития, показать ему те сферы, где он может проявить себя, достичь больших успехов, черпать силы из этого источника, чтобы в целом гармония личности становилась полноценной, богатой, неповторимой.

**Педагогическая диагностика физического развития** **воспитанников**

В рамках проведения педагогической диагностики физического развития детей инструктор по физической культуре ведет индивидуальный учет результатов освоения воспитанниками образовательной области «Физическое развитие», в которой использует тестовые упражнения для определения физических качеств по методике определения физических качеств Ю.П. Юрко.

1. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
   1. **Общие положения**

В содержательном разделе представлены:

* описание модулей образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области физического развития, с учетом используемых парциальных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания;
* описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов;

При организации образовательной деятельности по направлениям учитываются Программы, в частности принципам: полноценного проживания ребёнком всех этапов детства;

построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка; возрастной адекватности образования и другим.

Определяя содержание образовательной деятельности в соответствии с этими принципами, во внимание принимается разнообразие интересов и мотивов детей, значительные индивидуальные различия между детьми, неравномерность формирования способностей у ребенка, а также особенности социокультурной среды, в которой проживают семьи воспитанников.

**2.2. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»**

|  |
| --- |
| ***Извлечение из ФГОС ДО***  Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). |

**2.2.2. ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ**

**Возрастные особенности детей дошкольного возраста**

**Младший дошкольный возраст (3 - 4 года).** На рубеже трех лет любимым выражением ребёнка становится «Я сам!». Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет.

Эмоциональное развитие ребёнка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам. Ребёнок способен к эмоциональной отзывчивости — он может сопереживать другому ребенку.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребёнка непроизвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребёнок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

Дети 3 - 4 лет усваивают элементарные нормы и правила поведения, связанные с определёнными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»).

В 3 года ребёнок идентифицирует себя с представителями своего пола. В этом возрасте дети дифференцируют других людей по полу, возрасту; распознают детей, взрослых, пожилых людей, как в реальной жизни, так и на иллюстрациях.

У развивающегося трёхлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания (становление предпосылок трудовой деятельности) - самостоятельно есть, одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться носовым платком, расчёской, полотенцем, отправлять свои естественные нужды. К концу четвёртого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определённом уровне развития двигательной сферы ребёнка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Внимание детей четвёртого года жизни непроизвольно. Однако его устойчивость зависит от интереса к деятельности. Обычно ребенок этого возраста может сосредоточиться в течение 10 - 15 мин, но привлекательное для него дело может длиться достаточно долго. Память детей непосредственна, непроизвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Дети сохраняют и воспроизводят только ту информацию, которая остаётся в их памяти без всяких внутренних усилий (понравившиеся стихи и песенки, 2 - 3 новых слова, рассмешивших или огорчивших его). Мышление трёхлетнего ребёнка является наглядно-действенным: малыш решает задачу путём непосредственного действия с предметами (складывание матрёшки, пирамидки, мисочек, конструирование по образцу и т. п.). В 3 года воображение только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре. Малыш действует с одним предметом и при этом воображает на его месте другой: палочка вместо ложечки, камешек вместо мыла, стул - машина для путешествий и т. д.

В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности. Взрослый для ребёнка - носитель определённой общественной функции. Желание ребёнка выполнять такую же функцию приводит к развитию игры. Дети овладевают игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, приобретают первичные умения ролевого поведения. Игра ребёнка первой половины четвёртого года жизни - это скорее игра рядом, чем вместе. В играх, возникающих по инициативе детей, отражаются умения, приобретённые в совместных со взрослым играх. Сюжеты игр простые, неразвёрнутые, содержащие одну-две роли.

Неумение объяснить свои действия партнёру по игре, договориться с ним, приводит к конфликтам, которые дети не в силах самостоятельно разрешить. Конфликты чаще всего возникают по поводу игрушек. Постепенно к 4 годам ребёнок начинает согласовывать свои действия, договариваться в процессе совместных игр, использовать речевые формы вежливого общения.

В 3 - 4 года ребёнок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности. Однако ему всё ещё нужны поддержка и внимание взрослого.

**Средний дошкольный возраст (4-5 лет).** Дети 4 - 5 лет всё ещё не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщённые представления о том, как надо и не надо себя вести.

В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приёма пищи, уборки помещения. Дошкольники знают и используют по назначению атрибуты, сопровождающие эти процессы: мыло, полотенце, носовой платок, салфетку, столовые приборы. Уровень освоения культурно-гигиенических навыков таков, что дети свободно переносят их в сюжетно-ролевую игру.

К 4 - 5 годам ребёнок способен элементарно охарактеризовать своё самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания. Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности, аргументируют её по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платьица, у меня короткая причёска»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространённых мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах.

**Старший дошкольный возраст (5-6 лет).** Ребёнок 5 - 6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения - формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т.п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребёнок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду, как принцесса» и т. д.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребёнка в игре.

В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения). Существенные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем («Кто будет…?»). Вместе с тем согласование действий, распределение обязанностей у детей чаще всего возникает ещё по ходу самой игры. Усложняется игровое пространство (например, в игре «Театр» выделяются сцена и гримёрная). Игровые действия становятся разнообразными.

Вне игры общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек - мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка.

Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20 - 25 мин вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задаётся взрослым. Объём памяти изменяется не существенно, улучшается её устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приёмы и средства.

В 5 - 6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений. Возраст 5 - 6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя её. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребёнок чётко начинает различать действительное и вымышленное.

Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5 - 6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребёнок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребёнку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдалённые последствия собственных действий, поступков и действий других людей.

**Ребенок на пороге школы (6 -7 лет)** обладает устойчивыми социально-нравственными чувства и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения.

Мотивационная сфера дошкольников 6 - 7 лет расширяется за счёт развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребёнка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребёнок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщённые эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения - ребёнок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учётом интересов и потребностей других людей.

Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребёнка со взрослым. Дошкольник внимательно слушает рассказы родителей о том, что у них произошло на работе, живо интересуется тем, как они познакомились, при встрече с незнакомыми людьми часто спрашивает, где они живут, есть ли у них дети, кем они работают и т. п. Большую значимость для детей 6 - 7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, вместе с тем у них наблюдаются и конкурентные отношения - в общении и взаимодействии они стремятся в первую очередь проявить себя, привлечь внимание других к себе. Однако у них есть все возможности придать такому соперничеству продуктивный и конструктивный характер и избегать негативных форм поведения.

К 7 годам дети определяют перспективы взросления в соответствии с гендерной ролью, проявляют стремление к усвоению определённых способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей.

К 6 - 7 годам ребёнок уверенно владеет культурой самообслуживания и культурой здоровья.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку.

По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

**ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

|  |
| --- |
| Извлечение из ФГОС ДО  Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). |

**ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ЖИЗНИ. 2-Я МЛАДШАЯ ГРУППА**

**Задачи образовательной деятельности**

* Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
* Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
* 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;
* Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.
* Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

**Содержание образовательной деятельности**

**Двигательная деятельность**

**Порядковые упражнения.** Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

**Основные движения. *Ходьба.*** Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске ходьба и бег со сменой темпа и направления.

***Бег***, не опуская головы.

***Прыжки.*** Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними.

***Катание, бросание, метание.*** Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели.

***Лазание***по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

***Музыкально-ритмические упражнения.***

***Спортивные упражнения:*** катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

***Подвижные игры.*** Основные правила в подвижных играх.

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни**, овладение его элементарными нормами и правилами

**Элементарные умения и навыки личной гигиены** (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

**ПЯТЫЙ ГОД ЖИЗНИ. СРЕДНЯЯ ГРУППА**

**Задачи образовательной деятельности**

* Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
* Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
* Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
* 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, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

**Содержание образовательной деятельности**

**Порядковые упражнения.** ***Построение в колонну по одному по росту.*** Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. ***Повороты переступанием*** в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

***Общеразвивающие упражнения.*** Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

***Основные движения:*** Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

**Подводящие упражнения.** ***Ходьба*** с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

***Бег.*** Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои

движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

***Бросание, ловля, метание.*** Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

***Ползание, лазанье.*** Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.).

**Сохранение равновесия** после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

***Подвижные игры:*** правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

***Спортивные упражнения.*** Ходьба лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой.

***Скольжение по ледяным дорожкам*** на двух ногах самостоятельное.

***Катание на санках*** (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга).

***Катание на двух- и трехколесном велосипеде:*** по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

***Ритмические движения:*** танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни**, овладение его элементарными нормами и правилами. Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить.

***Основные умения и навыки личной гигиены*** (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

**ШЕСТОЙ ГОД ЖИЗНИ. СТАРШАЯ ГРУППА**

**Задачи образовательной деятельности**

* Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
* Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
* Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
* Развивать творчества в двигательной деятельности.
* Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
* Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
* Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
* Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьеформирующего поведения.
* Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
* Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

**Содержание образовательной деятельности**

**Двигательная деятельность**

**Порядковые упражнения**: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

**Общеразвивающие упражнения:** Четырехчастные, шестичастные, традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами.

**Подводящие и подготовительные упражнения.** Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска.

**Ходьба.** Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

**Бег.** На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

**Прыжки.** На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

**Бросание, ловля и метание.** «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в даль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.

**Ползание и лазание.** Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

**Подвижные игры** с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр.

**Спортивные игры.**

***Городки.*** Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м).

***Баскетбол.*** Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам.

***Бадминтон.*** Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем.

***Футбол.*** Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни**, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

**СЕДЬМОЙ ГОД ЖИЗНИ. ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА**

**Задачи образовательной деятельности**

* Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
* Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
* Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
* Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
* Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
* Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
* Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
* Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
* Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

**Содержание образовательной деятельности**

**Двигательная деятельность**

**Порядковые упражнения.** Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками.

**Общеразвивающие упражнения.** Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередные движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.

**Основные движения.** Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске.

**Подводящие и подготовительные упражнения.** ***Ходьба.*** Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

***Упражнения в равновесии.*** Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

***Бег.*** Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5х10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

***Прыжки.*** Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивние на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.

***Метание.*** Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели.

***Лазанье.*** Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема».

**Подвижные игры.** Организовать знакомые игры игру с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты.

**Спортивные игры.** Правила спортивных игр.

***Городки.*** Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит.

***Баскетбол.*** Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы.

***Футбол.*** Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.

***Настольный теннис, бадминтон.*** Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола.

***Хоккей.*** Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения.

***Спортивные упражнения.***

*Ходьба на лыжах.* Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке.

*Катание на коньках.* Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты.

*Катание на самокате.* Отталкивание одной ногой.

*Катание на велосипеде.* Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. *Катание на санках.*

*Скольжение по ледяным дорожкам.* После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами.

*Скольжение с невысокой горки.*

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду.

Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

**Часть, формируемая участниками образовательного процесса**

Инструктором по физической культуре в подготовительной группе реализуется парциальная программа «Разговор о правильном питании», разработанная специалистами Института возрастной физиологи Российской академии образования под руководством Безруких М.М., кандидатом биологических наук Т.А.Филипповой; кандидатом педагогических наук А.Г.Макеевой.

В рамках данной программы, посвященной вопросам здорового питания, обучающиеся получают основные сведения по диетологии, достаточные для того, чтобы ответственно относиться к правильному питанию, а также знания о влиянии питания на физическое и умственное развитие человека. При изучении программы, обучающиеся приобретают умение принимать самостоятельные решения, а также смогут научиться выбирать здоровую пищу, составлять индивидуальное меню и применять полученные знания в своей дальнейшей жизни. На занятиях рассматриваются вопросы, связанные с питанием и здоровьем людей разных национальностей, народные традиции как неотъемлемая часть общей культуры личности.

**Цель программы:**

* формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни;
* формирование здоровьеразвивающей компетентности: необходимость сохранять и развивать свое здоровье, важность культуры питания, как составляющей здорового образа жизни;
* формирование у детей представлений о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи программы:**

* расширять знания детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;
* формировать навыки правильного питания как составной части здорового образа жизни;
* формировать представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
* пробуждать у детей интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об историях и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре, и традициям других народов.

Программа включает в себя не только вопросы соблюдения режима питания, но и культуры поведения за столом, навыкам сервировки стола, с особенностями правил приготовления пищи. Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями. Все занятия составлены, с учётом постепенного накопления знаний, умений и практического опыта. Занятия проходят в виде: бесед, оздоровительных минуток, игр.

Беседы включают вопросы культуры и гигиены питания, общих сведений о питании и здоровой пище, витаминах на грядках и в саду и др.

**Формы и методы реализации программы:**

* рассматривание рисунков, фотографий;
* свободное и тематическое рисование;
* моделирование и анализ ситуаций;
* рассказы, беседы;
* сюжетно-ролевые игры;
* чтение по ролям;
* рассказ по картинкам;
* игры, конкурсы, викторины.

В ходе реализации Программы используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

Содержание курса отвечает следующим принципам:

* возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей;
* научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей;
* практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей;
* вовлеченность в реализацию программы родителей воспитанников.

Программа «Разговор о правильном питании» для детей 6-8 лет включает следующие темы: «Самые полезные продукты», «Что надо есть, если хочешь стать сильнее», «Где найти витамины зимой», «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты», «Как правильно есть», «Удивительные превращения пирожка», «Плох обед, если хлеба нет», «На вкус и цвет товарищей нет», «Если хочется пить», «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной».

Эти темы могут быть использованы в образовательных ситуациях в 5 образовательных областях, соответствующих ФГОС ДО.

Программа состоит из следующих разделов:

* гигиена питания;
* режим питания;
* полезные продукты

Тематическое планирование

1. «Самые полезные продукты».
2. «Что надо есть, если хочешь стать сильнее».
3. «Где найти витамины весной».
4. «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные про­дукты».
5. Как правильно есть.
6. Режим питания.
7. «Каждому овощу свое время».
8. «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной».
9. «Плох обед, если хлеба нет».
10. «Удивительные превращения пирожка»
11. «Полдник. Время есть булочки».
12. «Пора ужинать».
13. «Если хочется пить».
14. «На вкус и цвет товарищей нет».
15. Культура питания.
16. «День рождения Зелибобы»

**2.3. Взаимодействие взрослых с детьми**

**2.3.1. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

Все виды деятельности ребенка в детском саду могут осуществляться в форме самостоятельной инициативной деятельности:

* Подвижные и спортивные игры;
* самостоятельная деятельность и др.

В развитии детской инициативы и самостоятельности важно соблюдать ряд общих требований:

* развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
* создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
* постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
* тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
* ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. Необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
* «дозировать» помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае.
* поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

**Младшая группа**

Младшие дошкольники — это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития. Поэтому пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы он получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве (имитации, подражание образам животных, танцевальные импровизации и т. п.).

**Средняя группа**

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. В свободной деятельности дети по желанию выбирают интересные занятия в организованных в группе центрах активности. Это - центры игры, двигательной деятельности. Во время занятий и в свободной детской деятельности создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, совместно найти правильное решение проблемы.. По мере того как дети учатся решать возникающие перед ними задачи, у них развивается самостоятельность и уверенность в себе. Дети испытывают большое удовлетворение, когда им удается выполнить без помощи взрослого действия, которые еще совсем недавно их затрудняли.

**Старшая и подготовительная группа**

Переход в старшую, и, особенно, подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду. В общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Мы помогаем детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение в детском саду. Такие мотивы, как: «Мы заботимся о малышах», «Что нужно делать, чтобы быть здоровым», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», направляют активность старших дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач.

Опираясь на характерную для старших дошкольников потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых, воспитатель обеспечивает условия для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества. Он постоянно создает ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними все более сложные задачи, развивает волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений.

Воспитатель придерживается следующих правил. Не нужно при первых же затруднениях спешить на помощь ребенку, полезнее побуждать его к самостоятельному решению; если же без помощи не обойтись, вначале эта помощь должна быть минимальной: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт. Всегда необходимо предоставлять детям возможность самостоятельного решения поставленных задач, нацеливать их на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, поддерживать детскую инициативу и творчество, показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

**2.3.2. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя**

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, за тем, чтобы у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника**

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

* 1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
  2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
  3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального**

**руководителя**

Музыка воздействует:

* + 1. на эмоции детей;
    2. создает у них хорошее настроение;
    3. помогает активировать умственную деятельность;
    4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
    5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;

6 привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

**Взаимодействие с родителями**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье

**2.3.3. Особенности образовательной деятельности разных видов**

**и культурных практик**

Годовая модель образовательного процесса с использованием культурных практик

в соответствии с образовательными областями

**Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**3-4 года** - –занятия по физической культуре  
- развивающая игровая деятельность;  
- подвижные игры;  
- спортивные игры и упражнения;  
 - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;  
- игровые беседы с элементами движений;  
- разные виды гимнастик;  
- закаливающие процедуры;  
- физминутки, динамические паузы;  
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;  
- двигательная активность в течении дня.

**4-5 лет-**–занятия по физической культуре

– развивающая игровая деятельность;  
- подвижные игры;  
- спортивные игры и упражнения;  
 - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;  
- игровые беседы с элементами движений;  
- разные виды гимнастик;  
- закаливающие процедуры;  
- физминутки, динамические паузы;  
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;  
- двигательная активность в течении дня.

**5-6 лет** –занятия по физической культуре  
- развивающая игровая деятельность;  
- подвижные игры;  
- спортивные игры и упражнения;  
 - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;  
- игровые беседы с элементами движений;  
- разные виды гимнастик;  
- закаливающие процедуры;  
- физминутки, динамические паузы;  
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;  
- двигательная активность в течение дня.

**6-7 лет** –занятия по физической культуре

развивающая игровая деятельность;  
- подвижные игры;  
- спортивные игры и упражнения;  
 - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;  
- игровые беседы с элементами движений;  
- разные виды гимнастик;  
- закаливающие процедуры;  
- физминутки, динамические паузы;  
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;  
- двигательная активность в течение дня.

**СТРУКТУРА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ**

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

до 15 мин. - 2-я младшая группа

20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть:

(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

* 1. мин. - средняя группа,
  2. мин. - старшая группа,
  3. мин. - подготовительная к школе группа.(разминка):

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): группа, 11 мин. - 2-я младшая группа, 15 мин. - средняя группа, 17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

* + - 1. мин. - 2-я младшая группа и средняя группа,
      2. мин. - старшая группа,
      3. мин. - подготовительная к школе группа.

**СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ЧАСА НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ**

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

3мин. - старшая группа,

4мин. - подготовительная к школе группа.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

— традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),

— тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

— игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),

— сюжетно-игровая

— по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная базу, проводится спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

Общеразвивающие упражнения направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полу шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя);преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменой опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1 кг) двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

* комплексы утренней гимнастики
* комплексы физкультминуток
* комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
* комплексы дыхательных упражнений

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной

гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздникипроводятся в форме веселых игр, эстафет, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

**2.4. Взаимодействие педагогического коллектива**

**с семьями дошкольников**

**2.4.1. Взаимодействие педагога с родителями детей 2-й младшей группы**

Одним из важных принципов технологии реализации Программы является совместное с родителями воспитание и физическое развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача педагога - заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и рабочей программы.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний педагог не только информирует родителей, предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой.

Такая позиция педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, поможет родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

**Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:**

* Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
* Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.
* Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.
* Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности.
* Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами физического развития ребенка.

**Направления взаимодействия педагога с родителями**

**Педагогический мониторинг**

В ходе организации педагогического мониторинга младшей группы, важно изучить своеобразие семей, особенности семейного воспитания, педагогические проблемы, которые возникают в разных семьях. Для этого воспитатель использует методы первичной диагностики: анкетирование родителей на тему «Мой ребенок», беседа с родителями «Наша семья и ребенок»,

**Педагогическая поддержка**.

Одна из важнейших задач совместной деятельности воспитателя и родителей в младшем дошкольном возрасте- организовать условия для благополучной адаптации малыша в детском саду и его физического развития В беседах с родителями педагог подчеркивает, что во многом привыкание ребенка к условиям детского сада зависит от организации его жизни в семье (режима, особенностей питания), развития элементарной детской самостоятельности в бытовых процессах.

Для более успешной адаптации педагог предлагает такие совместные формы с родителями. .

***«Вместе с мамой бегаем,занимаемся, играем»*** (мама или кто-нибудь из близких малыша принимают участие в совместных играх и других видах деятельности). ***.***

В дальнейшем с помощью информационных бюллетеней «Для вас, родители» они узнают о планируемых в дошкольных учреждениях мероприятиях и выбирают наиболее значимые и интересные для себя. Педагог подчеркивает, что взрослым очень важно поощрять самостоятельность детей, поддерживать попытки ее проявления, хвалить ребенка за помощь и заботу.

**Педагогическое образование родителей**.

Педагогическое образование родителей младших дошкольников ориентировано на развитие активной, компетентной позиции родителя. . Анализируя результаты педагогического мониторинга, педагог определяет наиболее значимые темы для педагогического образования родителей. Например, «Развиваем детскую самостоятельность», «Как научить ребенка играть», «Как организовать семейный досуг». Педагог стремится поддержать активность, заинтересованность родителей, предлагает такие формы встреч как дискуссии, круглые столы, вечера вопросов и ответов, творческие мастерские, тренинги и ролевые игры.

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

**Совместная деятельность педагогов и родителей**

Педагог стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми - сюжетные и подвижные игры, совместное рисование, создание педагогами и другими детьми. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Развитию совместного общения взрослых и детей поможет цикл игровых встреч с мамами:

* «Вот она какая, мамочка родная», где мамы совместно с детьми играют.
* «Сильные, ловкие, смелые» (дети вместе с родителями играют в подвижные игры)

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

**2.4.2. Взаимодействие педагога с родителями детей средней группы**

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Воспитатель обращает внимание родителей на то, что ребенок переходит на новую ступень личностного развития - у него возникает потребность в познавательном общении со взрослыми.

В своем общении с родителями педагог укрепляет доверительные отношения, которые сложились у него с большинством семей в предыдущий год и обращает внимание на изменения в развитии дошкольников, как их учитывать в своей воспитательной тактике, общении со своим ребенком.

**Основные приоритеты**

**совместного с родителями развития ребенка**

* Развитие навыков личной гигиены
* Развитие физических качеств….
* Развитие самостоятельной игровой деятельности детей
* Установление устойчивых контактов ребенка со сверстниками и развитие дружеских взаимоотношений
* Воспитание уверенности, инициативности дошкольников в детской деятельности и общении со взрослыми и сверстниками.

**Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:**

* Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического и психического развития.
* Поддерживать интерес родителей к развитию собственного ребенка, умения оценить особенности его социального, познавательного развития, видеть его индивидуальность.
* Ориентировать родителей на совместное с педагогом приобщение ребенка к здоровому образу жизни, развитие умений выполнять правила безопасного поведения дома, на улице, на природе.
* Побуждать родителей развивать доброжелательные отношения ребенка к взрослым и сверстникам, заботу, внимание, эмоциональную отзывчивость по отношению к близким, культуру поведения и общения.
* Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком в игре, создать игровую среду для дошкольника дома. Помочь родителям развивать детское воображение и творчество в игровой, речевой, художественной деятельности.
* Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

**Направления взаимодействия педагога с родителями**

**Педагогический мониторинг**

Продолжая изучение особенностей семейного воспитания, педагог знакомится с традициями семейного воспитания, обращает внимание на благополучие детско-родительских отношений в разных семьях, проблемы конкретных родителей в воспитании детей, изучает удовлетворенность родителей совместной деятельностью с педагогом.

Решая эти задачи педагог проводит анкетирование родителей «Семейное воспитание», «Мы и наш ребенок», беседу с родителями «Традиции нашей семьи».

В процессе построения взаимодействия с семьями дошкольников полученные данные могут дополняться и углубляться в зависимости от выбранных направлений сотрудничества педагога с родителями (педагогического образования родителей), конкретных проблем, выявленных в ходе диагностики.

**Педагогическая поддержка**

В средней группе педагог не только стремится установить тесные взаимоотношения с каждым родителем, но и способствует сплочению родительского коллектива группы - возникновению у них желания общаться, делиться проблемами, вместе с детьми проводить свободное время. Для того, чтобы педагогу лучше узнать особенности семей своих воспитанников, сплотить родительский коллектив, сблизить родителей со своими детьми можно предложить родителям вместе с детьми составить рассказы на темы: «А у нас в семье так», «Мы умеем отдыхать», «Познакомьтесь, это я, это вся моя семья».

**Педагогическое образование родителей**

Благодаря усилиям педагога у родителей появляются четко оформившиеся образовательные запросы (что я хочу для развития своего ребенка и себя как родителя). Для удовлетворения образовательных запросов педагог использует разные формы: семинары, конференции, индивидуальные консультации. Исходя из пожеланий родителей, при поддержке медицинской и психологической службы педагог реализует с родителями проекты;, «Растём здоровыми», « Мойдодыр»…

**Совместная деятельность педагогов и родителей**

В средней группе педагог стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, организует такие совместные праздники и досуги как - праздника « Мама +Я», «Веселые движения»… Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми участвовали в играх и соревнованиях..

Наблюдая за взаимодействием родителей и детей, педагог помогает родителям стать участниками детских игр, занять партнерскую позицию, поддержать творческие проявления ребенка в игре.

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

**2.4.3. Взаимодействие педагога с родителями детей старшей группы**

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников. Именно в этот период педагог корректирует детско-родительские отношения, помогает родителям и детям найти общие интересы, которые в дальнейшем могут стать основой семейного общения В процессе совместной с родителями деятельности он опирается на развивающиеся у них способности к самоанализу, к оценке результатов развития ребенка, умения замечать, как изменение собственной воспитательной тактики приводит к росту личностных достижений ребенка.

**Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:**

* Ориентировать родителей на изменения в личностном развитии старших дошкольников - развитии любознательности, самостоятельности, инициативы и творчества в детских видах деятельности. Помочь родителям учитывать эти изменения в своей педагогической практике.
* Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения -дома на улице, в лесу, у водоема.
* Помочь родителям создать условия для физического развития старших дошкольников.

**Направления взаимодействия педагога с родителями:**

**Педагогический мониторинг**

В старшей группе, учитывая формирующиеся образовательные запросы родителей педагог стремится учесть их пожелания, узнать их возможности в совместном воспитании дошкольников. С этой целью он проводит беседы с родителями, анкетирование на темы «Наш спортивный выходной», «Любимые спортивные передачи». Такие методы позволяют выявить интересы и потребности родителей, полученные знания и умения родителей в физическом развитии своего ребенка.

**Педагогическая поддержка**

В старшем дошкольном возрасте для удовлетворения сформировавшихся образовательных запросов родителей педагог организует разные формы взаимодействия - семинары, конференции, мастер-классы. Совместная с педагогом деятельность способствует накоплению родителями позитивного воспитательного опыта.

**Педагогическое образование родителей**

Осуществляя педагогическое образование родителей, педагог учитывает развивающиеся возможности родителей и детей, помогает родителям устанавливать партнерские взаимоотношения с дошкольниками, увидеть перспективы их будущей жизни. Для этого он организует такие встречи с родителями как «Права ребенка и права родителей», «Здоровье и ум через игру», «Безопасность», «Сильным, смелым вырастай». В ходе реализации образовательных задач воспитатель использует такие формы, которые помогают занять родителю субъектную позицию - тренинги, анализ реальных ситуаций, показ и обсуждение видеоматериалов Вместе с тем, педагогу необходимо помнить, что к старшему дошкольному возрасту у части родителей уже сложилась своя воспитательная тактика, появились свои достижения в развитии ребенка

**Совместная деятельность педагогов и родителей**

Опираясь на интерес к совместной деятельности педагог делает родителей активными участниками разнообразных встреч, викторин, вечеров досуга, спортивных праздников

В ходе развития совместной с родителями деятельности по развитию старших дошкольников, педагог организует совместные детско-родительские проекты « Наш спортивный выходной» « Веселая зарядка» Такие проекты не только объединят педагогов, родителей и детей, но и вызывают интерес к совместной деятельности, воспитывают у дошкольников целеустремленность, настойчивость, умение доводить начатое дело до конца.

Итоговой формой сотрудничества с родителями в старшей группе может стать «День семьи», в ходе которого каждая семья планирует и организует совместно с детьми презентацию своей семьи и организует различные формы совместной деятельности- игры, досуговую деятельность.

В ходе такой встречи педагог занимает новую позицию, он не столько организатор, сколько координатор деятельности детей и взрослых. Он поддерживает любые инициативы разных членов семьи. Результаты взаимодействия взрослых и детей становятся предметом дальнейшего обсуждения с родителями, в ходе которого важно уделить вниманию развитию педагогической рефлексии, послужить основой для определения перспектив совместного с семьей развития дошкольников.

**2.4.4. Взаимодействие педагога с родителями подготовительной группы**

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

Педагог помогает родителям понять возможности организации образования ребенка в будущем, определить особенности организации его индивидуального образовательного маршрута в условиях школьного обучения.

**Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников**

* Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях
* Познакомить родителей с особенностями подготовки ребенка к школе, развивать позитивное отношение к будущей школьной жизни ребенка.
* Ориентировать родителей на развитие познавательной деятельности ребенка, обогащение его кругозора, развитие произвольных психических процессов, элементов логического мышления в ходе игр, общения со взрослыми и самостоятельной детской деятельности.
* Помочь родителям создать условия для физического развития детей, организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми, способствовать развитию начал социальной активности в совместной с родителями деятельности.
* Способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитие положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей с со способами физического развития ребенка, самоконтроля
* **Направления взаимодействия педагога с родителями**

**Педагогический мониторинг**

В подготовительной к школе группе многие родители ориентированы на самостоятельную диагностику результатов развития ребенка и самоанализ воспитательной деятельности. Задача педагога - предоставить родителям выбор материалов для самодиагностики. Это могут быть анкеты « Мой ребенок растет», тесты «Режим дня?», «Мои достижения

Полученные результаты дадут возможность воспитателям помочь родителям учесть индивидуальные особенности ребенка при подготовке к школе, научиться предвидеть и избегать проблем школьной дезадаптации.

**Педагогическая поддержка**

В завершающий период дошкольного образования воспитатель убеждает родителей, в том что подготовка ребенка к школе тесно связана с его физическим развитием и физической подготовленностью. Для этого воспитатель проводит беседу с родителями «Наши достижения за год», в которой обсуждает с ними успехи детей, учит видеть достижения каждого ребенка, знакомит родителей со способами развития уверенности ребенка в своих силах.. Для развития этих умений у родителей педагог организует детско-родительский тренинг «Я сильный», в котором помогает родителям анализировать мотивы и поступки детей в ходе совместной деятельности, строить партнерские взаимоотношения со своим ребенком, поощрять его инициативу.

Организованные педагогом семинары-практикумы позволяют родителям познакомиться с упражнениями, играми, тренировками. Педагогу очень важно в этот период продолжать организацию совместных с родителями проектов дошкольников «Мама ,папа, Я – спортивная семья», «Сильным, ловким вырастай», «Питаемся правильно», Такие проекты помогут показать детям возможности совместного поиска информации по теме в литературе, Интернет - источниках, возможность воплотить совместные идеи, проявить инициативу

**Педагогическое образование родителей.**

Познакомить родителей с содержанием и основными показателями физкультурно -оздоровительной работы, обучение методам и приемам физической. подготовки детей к школьному обучению, воспитания скоростно- волевых качеств. Встречи родительского сообщества помогают в организации режима дня дома,определить содержание меню в соответствии с правилами полезной пищи. определиться в возможностях сочетания обучения в первом классе и посещения ребенком занятий дополнительного образования (студий, кружков, секций), поможет родителям в создании будущих индивидуальных образовательных маршрутов для своего ребенка.

Вместе с тем, педагог обогащает направления совместной деятельности родителей и детей, способствует развитию общих интеллектуальных интересов, увлечений родителей и детей, поддерживает возникшие семейные традиции. Исходя из пожеланий и интересов родителей, возрастающих возможностей детей, воспитатель способствует созданию таких детско-родительских объединений как «Если хочешь быть здоров - закаляйся», «Мы туристы».

**Совместная деятельность педагогов и родителей**

Педагог опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делает их активными участниками спортивных праздников и досугов «Крепкие и здоровы», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей». Поддержанию интереса к совместной деятельности, развитию инициативности, творчества взрослых и детей способствует организация педагогом совместных детско-родительских проектов на темы « Мы выбираем спорт», « Сильным , смелым вырастай»

Итоговой формой взаимодействия с родителями может стать участие семей в городском спортивном празднике посвященному дню семьи.

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка**

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей в образовательной области «Физическая культура» Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

* гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
* обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
* способствует профессиональному развитию педагогических работников;
* создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
* обеспечивает открытость дошкольного образования;
* создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

**Психолого-педагогические условия реализации Программы:**

* уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
* использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
* построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
* поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
* поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
* возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
* защита детей от всех форм физического и психического насилия.

**3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда является основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка. Стоит подчеркнуть необходимость создания ***единого пространства*** ДОУ: гармонии среды помещения физкультурного зала и организации в группе Спортивного центра, обеспечивающего двигательную активность в группе.

**Использование компьютерно-технического оснащения МБДОУ:**

* для демонстрации детям познавательных фильмов о спорте, слайдов по различным видам спорта
* для поиска в информационной среде материалов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы;
* для предоставления информации о Программе семье, всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
* для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Программы и т. п.

**3.2.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

**в младших группах**

Обстановка в младшей группе прежде всего создается как комфортная и безопасная для ребенка. Маленькие дети плохо реагируют на пространственные изменения обстановки, они предпочитают стабильность в этом отношении. В связи с этим необходимо спланировать расстановку оборудования еще до прихода малышей в детский сад.

Маленькие дети - это в первую очередь «деятели». Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития. С учетом этого пространственная обстановка организуется для одновременной деятельности 2-3 детей и взрослого.

У младших детей активно развиваются движения, в том числе ходьба, бег, лазание. Вместе с тем, движения еще плохо координированы, нет ловкости, быстроты реакции, увертливости. Поэтому при пространственной организации среды оборудование целесообразно располагать по периметру группы, выделив игровую часть и место для хозяйственно-бытовых нужд, предусмотреть достаточно широкие, хорошо просматриваемые пути передвижения для ребенка. Не рекомендуется включать в обстановку много оборудования, примерно две трети пространства должны быть свободными.

Для стимулирования двигательной активности необходимо включить в обстановку горку со ступеньками и пологим спуском; иметь оборудование для пролезания, подлезания, перелезания. Например, пластиковые кубы с отверстиями или лабиринты, подойдут также и трапециевидные столы с круглыми отверстиями в боковинах. Можно использовать мат, на котором дети с удовольствием будут прыгать, лежать, ползать, слушать сказку. Внесение в группу 2-3 очень крупных, разноцветных надувных мячей и несколько мячей меньших размеров будет способствовать стимулированию ходьбы. Маленький ребенок познает не только окружающий предметный и природный мир, но и мир людей, в том числе себя

**3.2.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

**в средних группах**

В среднем дошкольном возрасте важно накапливать у детей опыт совместной со сверстниками деятельности Предметно-пространственная среда организуется по принципу небольших полузамкнутых микропространств для того, чтобы избежать скученности детей и способствовать играм небольшими подгруппами в 2-4 человека. Нужно помнить, что именно на пятом году жизни заявляют о себе первые нарушения осанки. В тех местах, где дети много времени проводят в одной позе (например, долго сидят), необходимо подвесить мобили, колокольчики, погремушки или нарисовать на стене ладошки на разной высоте и ввести правило: поиграл — встань, подними руки, подпрыгни, дотянись до подвески и можешь играть дальше.

В среде группы активно используется знаковая символика, модели для обозначения предметов, действий, последовательностей. Придумывать такие знаки, модели лучше с детьми, подводя их к пониманию, что обозначать можно все графически, а не только словами

В среднем дошкольном возрасте у ребенка усиливается интерес к познанию себя, определению своего места в этом мире. Важно помочь ребенку осознать свои особенности, умения; уточнить его представления о семье, людях разного возраста, пола.

**3.2.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

**в группах старшего дошкольного возраста**

При переходе ребенка в старшую и, в особенности, в подготовительную группу, начинает меняться его психологическая позиция: он впервые начинает ощущать себя старшим среди детей детского сада. Важно поддержать это ощущение такой организацией среды, при которой ребенок будет активно проявлять познавательную активность, самостоятельность, ответственность, инициативу. Воспитателю следует чаще привлекать старших дошкольников к созданию окружающей обстановки, спрашивая мнение по поводу предстоящих действий по изменению среды, вовлекать в сам процесс преобразований.

Пространство группы желательно «разбить» на небольшие полузамкнутые микро пространства (в которых могут находиться одновременно 3-6 человек).

Следует помнить, что позвоночник ребенка 5-7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. В тех местах группы, где у детей длительно сохраняются статические позы, необходимо продумать способы разминки (дартс, кольцебросы, кегли, серсо, баскетбольные кольца, мишени и шарики для бросания, подвески-колокольчики для вытягивания, воротца для подлезания). Воспитатель поддерживает попытки ребенка в правильной организации собственной деятельности, учит элементам разминки и релаксации с помощью специальных атрибутов.

Важная задача - развитие рефлексии, формирование адекватной самооценки. Необходимо показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий. Для этого успехи ребенка важно фиксировать рисунками или пиктограммами.

Необходимо развивать у ребенка представления о собственных возможностях и силах, учить познавать себя, используя самонаблюдения. Для этого есть разнообразные пути. Например, метки «Я расту» - это повод для обсуждения, кто выше, кто ниже, на сколько сантиметров вырос ребенок за месяц, за три месяца, кто растет быстрее, кто медленнее.

**3.3. Кадровые условия реализации Программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Профессия (должность)** | **Количество штатных единиц** |
| 5 | Инструктор по физической культуре | 1 |

Реализация Программы осуществляется педагогическими работниками:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Должность | Возрастной ценз | | | | | Образовательный ценз | | | | Квалификационная категория | | | |
|  | 18-25 | 26-30 | 31-45 | 46-55 | 55 и более | С | С-П | НВ | В | Высшая | I | СЗД | Без кв/к |
| Инструктор по физической культуре |  |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  |  |
| Всего: | **1** | | | | | **1** | | | | **1** | | | |

**3.4. Материально-техническое обеспечение Программы**

**3.4.1. Учебно-методический комплект Программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПООП ДО, 2015 | | | | | |
| Детство. ПООП ДО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015 – электронный вариант | | | | | |
| Бабаева Т. И. и др.Дошкольник 4-5 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011 | | | | | |
| Вербенец А.М., Солнцева О.В., Сомкова О.Н. Планирование и организация образовательного процесса дошкольного учреждения по ПООП «Детство». СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012 | | | | | |
| Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |
| Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет) ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |
| Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет) ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |
| Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет) ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |
| Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в подготовительной к школе группе (с 6 до 7 лет) ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |
| Учебно-методический комплект | | | | | Дидактическое обеспечение |
| **2 МЛАДШАЯ ГРУППА** | | | | | |
| ***Образовательная область «Физическое развитие»*** | | | | | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 4 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2014 | | Уланова Л.А. Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014  Нищев. В.М., Нищева Н.В. Веселые подвижные игры для малышей. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013  Утробина К.К. Подвижные игры для детей 5 – 7 лет. М.: «Гном»,2015 | | | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 2 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2013 | | Уланова Л.А. Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014  Нищев. В.М., Нищева Н.В. Веселые подвижные игры для малышей. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013  Утробина К.К. Подвижные игры для детей 5 – 7 лет. М.: «Гном»,2015 | | | |
| **СРЕДНЯЯ ГРУППА** | | | | | |
| ***Образовательная область «Физическое развитие»*** | | | | | |
| **Занятие физической культурой** Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 4 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2014 | Уланова Л.А. Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014  Нищев. В.М., Нищева Н.В. Веселые подвижные игры для малышей. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013  Утробина К.К. Подвижные игры для детей 5 – 7 лет. М.: «Гном»,2015 | | | | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 2 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2013 |
| **СТАРШАЯ ГРУППА** | | | | | |
| ***Образовательная область «Физическое развитие»*** | | | | | |
| **Занятие физической культурой** Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 4 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2014 | | | Уланова Л.А. Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014  Нищев. В.М., Нищева Н.В. Веселые подвижные игры для малышей. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013  Утробина К.К. Подвижные игры для детей 5 – 7 лет. М.: «Гном»,2015 | | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 2 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2013 | | |
| **Занятие физической культурой на открытом воздухе:** Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. – М. ГИЦ Владос, 2000 | | |
| **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА** | | | | | |
| ***Образовательная область «Физическое развитие»*** | | | | | |
| **Занятие физической культурой:** Грядкина Т.С. Образовательная область Физическая культура. -СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012 | | | | Уланова Л.А. Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014  Нищев. В.М., Нищева Н.В. Веселые подвижные игры для малышей. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015  Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012  Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013  Утробина К.К. Подвижные игры для детей 5 – 7 лет. М.: «Гном», 2015  Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Разговор о правильном питании» (рабочая тетрадь) – М.: Nestle, 2016 | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 4 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2014 | | | |
| Физическое развитие. Программа «Детство» для детей 2 - 7 лет. ФГОС ДО / авт.-составители Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. – Волгоград. «Учитель», 2013 | | | |
| Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Разговор о правильном питании» (электронный ресурс) | | | |
| **Занятие физической культурой на открытом воздухе:** Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. – М. ГИЦ Владос, 2000 | | | |
| **Работа с родителями** | | | | | |
| **Освоение безопасного поведения:** Тимофеева Л.Л. Формирование культуры безопасности. Взаимодействие семьи и ДОО. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 | | | | | |

**3.4.2. Помещения для занятий, проектов и прочих видов детской деятельности и форм активности**

В МБДОУ имеется спортивный зал;

На территории МБДОУ расположены 2 спортивных площадки;

**3.4.3. Оснащение предметно-развивающей среды**

В МБДОУ развивающая предметно-пространственная среда включает в себя необходимые средства физического развития, подобранные в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей раннего и дошкольного возраста.

В группах **раннего возраста** имеются:

|  |  |
| --- | --- |
| Наименования | По классификации Дороновой–Коротковой |
| Массажные ролики |  |
| Массажеры |
| Каталка-автомобиль, соразмерная росту ребенка |
| Качалки фигурные |
| Мини-горки |
| Скакалки, доски, дорожки со следочками, массажные коврики | Для ходьбы, бега, равновесия |
| Мячи средних и малых размеров | Для катания, бросания, ловли |
| Комплекты разноцветных кеглей |
| Кольцебросы |
| Мешочки для метания |
| Обручи | Для ОРУ |
| Палки гимнастические |
| Султанчики |
| Развивающий тоннель | Для лазанья, ползания |
| Набор мягких модулей разной высоты со скругленной верхней поверхностью для лазанья |

В группах **дошкольного возраста** имеются:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименования** | | | **По классификации  Дороновой–Коротковой** |
| **2 младшая группа** | | | |
| Массажные ролики | | |  |
| Массажеры | | |
| Каталка-автомобиль, соразмерная росту ребенка | | |
| Качалки фигурные | | |
| Мини-горки | | |
| Скакалки, доски, дорожки со следочками, массажные коврики | | | Для ходьбы, бега, равновесия |
| Мячи средних и малых размеров | | | Для катания, бросания, ловли |
| Комплекты разноцветных кеглей | | |
| Кольцебросы | | |
| Мешочки для метания | | |
| Обручи | | | Для ОРУ |
| Палки гимнастические | | |
| Султанчики | | |
| Развивающий тоннель | | | Для лазанья, ползания |
| Набор мягких модулей разной высоты со скругленной верхней поверхностью для лазанья | | |
| **Средняя группа** | | | |
| Комплект кубиков | | | Для ОРУ |
| Комплект палок гимнастических | | |
| Комплект обручей пластмассовых малых | | |
| Комплект обручей пластмассовых средних | | |
| Комплект султанчиков, лент и пр. | | |
| Комплект мячей-массажеров | | |
| Мяч-физиорол (цилиндр) | | |
| Мяч-фитбол | | |
| Клюшка с шайбой | | |
| Комплект элементов полосы препятствий | | |
| Балансиры | | | Для ходьбы, бега, равновесия |
| Массажные диски | | |
| Коврики со следочками | | |
| Массажные коврики | | |
| Мяч для игры в помещении, со шнуром | | | Для катания, бросания, ловли |
| Мячи резиновые (комплект) | | |
| Мини-гольф | | |
| Комплект разноцветных кеглей | | |
| Городки | | |
| Кольцеброс | | |
| Мешочки для метания | | |
| Летающая тарелка | | |
| Скакалка детская | | | Для прыжков |
| **Старшая группа** | | | |
| Палка гимнастическая | Для ОРУ | | |
| Обруч пластмассовый малый |
| Обруч пластмассовый средний |
| Клюшка с шайбой |
| Комплект элементов полосы препятствий |
| Набор мягких модулей |
| Комплект кубов |
| Мяч массажный большой и малый |
| Мячи резиновые (комплект) | Для катания, бросания, ловли | | |
| Летающая тарелка |
| Мини-гольф |
| Комплект разноцветных кеглей |
| Городки |
| Кольцеброс |
| Мешочки для метания |
| Мяч для игры в помещении, со шнуром |
| Скакалка детская | Для прыжков | | |
| Мяч-фитбол |
| Мяч прыгающий |
| Балансиры | Для ходьбы, бега, равновесия | | |
| Ребристые доски |
| Наклонная доска |
| Дорожки для ходьбы по ограниченной поверхности |
| **Подготовительная группа** | | | |
| Палка гимнастическая | |  | |
| Обруч пластмассовый малый | | Для ОРУ | |
| Обруч пластмассовый средний | |
| Клюшка с шайбой | |
| Тоннель-конструктор | |
| Мяч-фитбол | |
| Мячи резиновые (комплект) | | Для катания, бросания, ловли | |
| Летающая тарелка | |
| Комплект разноцветных кеглей | |
| Городки | |
| Кольцеброс | |
| Мешочки для метания | |
| Мяч для игры в помещении, со шнуром | |
| Комплект мячей-массажеров | |
| Скакалка детская | | Для прыжков | |
| Мяч прыгающий | |
| Балансиры | | Для ходьбы, бега, равновесия | |
| Бревно | |
| Следочки | |
| Тренажер для ходьбы | |
| Массажный диск | |
| **Технические средства обучения** | | | |
| Ноутбук | | | |
| Устройство для хранения и переноса информации высокой емкости – флэш-карта | | | |
| Акустическая система | | | |
| Видеопроектор | | | |

**3.4.4. Материально-техническое оснащение физкультурного зала**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование материально-технического оснащения** | **Количество** |
| **Технические средства** | | |
| 1 | Музыкальный центр | 1 |
| 2 | Пианино | 1 |
| **Оборудование физкультурного зала** | | |
| 1 | Батут детский | 1 |
| 2 | Дартс детский | 6 |
| 3 | Дорожка-мат трехполосная | 1 |
| 4 | Доска гладкая | 2 |
| 5 | Дуга для подлезания | 2 |
| 6 | Кольцеброс | 2 |
| 7 | Кольцо баскетбольное с зацепами | 1 |
| 8 | Контейнер для хранения мячей | 1 |
| 9 | Конус для разметки игрового поля | 4 |
| 10 | Куб деревянный большой | 3 |
| 11 | Куб деревянный малый | 4 |
| 12 | Лестница деревянная с зацепами | 2 |
| 13 | Мат детский | 3 |
| 14 | Мяч для мини-баскетбола | 12 |
| 15 | Мяч малый | 20 |
| 16 | Мяч средний | 10 |
| 17 | Мяч набивной | 4 |
| 18 | Мяч-прыгун | 8 |
| 19 | Обруч малый | 10 |
| 20 | Обруч средний | 10 |
| 21 | Обруч большой | 6 |
| 22 | Палка гимнастическая средняя | 12 |
| 23 | Палка гимнастическая длинная | 18 |
| 24 | Набор городков | 1 |
| 25 | Набор кеглей | 4 |
| 26 | Сетка волейбольная | 1 |
| 27 | Скакалка | 10 |
| 28 | Скамья длинная | 2 |
| 29 | Скамья короткая | 4 |
| 30 | Стенка гимнастическая деревянная | 4 |
| 31 | Стойка баскетбольная переносная | 1 |
| 32 | Стойка для прыжков | 2 |
| 33 | Степ платформа | 2 |
| 34 | Тарелка для метания | 3 |
| 35 | Тоннель | 3 |
| 36 | Шест гимнастический | 4 |
| 37 | Щит баскетбольный | 1 |
| 38 | Шнур плетеный | 2 |
| 39 | Дорожка со следами | 2 |
| 40 | Полоса препятствий «Частокол» | 2 |
| 41 | Набор «На Старт» | 1 |
| 42 | Тоннель «Лабиринт» | 2 |
| 43 | Набор «Спортсмен-3» Кольцо | 2 |
| 44 | Мешок для метания -200гр. | 30 |
| 45 | Тренажер «Балансир» | 1 |
| 46 | Мат 2х секционный | 3 |
| 47 | Сенсорная дорожка с карманами | 2 |
| 48 | Велотренажер | 4 |
| 49 | Массажер для ног | 5 |
| 50 | Массажер для ног «Бегущая дорожка» | 2 |
| 51 | Набор мягких модулей «Полоса препятствий» | 1 |
| 52 | Ребристая дорожка | 2 |
| 52 | Ролик гимнастический | 1 |
| 53 | Тренажер для пресса | 1 |
| 54 | Балансир | 3 |
| 55 | Бревно гимнастическое напольное | 1 |
| 56 | Мостик для подлезания | 2 |
| 57 | Гантели детские | 15 |
| 58 | Лента гимнастическая | 15 |
| 59 | Обруч д-60см | 15 |
| 60 | Палка гимнастическаяя | 40 |
| 61 | Скакалка | 20 |
| 62 | Набор « Набрось кольцо» | 2 |
| 63 | Мяч д- 200мм | 17 |
| 64 | Мяч д-100мм | 30 |
| 65 | Мяч 200мм | 12 |
| 66 | Мяч массажный 10мм | 50 |

**3.4.5. Оборудование на территории МБДОУ**

|  |  |
| --- | --- |
| наименование | количество |
| Бум-бревно изогнутое | 1 |
| Стенка скалолаз | 1 |
| Шест с подвесной бабочкой | 2 |
| Лаз малый | 1 |
| Стойка для волейбола с сеткой | 1 |
| Мишень дротик | 1 |
| Лаз ладья | 1 |
| Стойка баскетбольная дет. | 2 |
| Лаз цветочек | 1 |
| Лабиринт Зиг-заг | 1 |
| Мишень для метания | 1 |
| Домик малый | 1 |
| Домик со счетами | 2 |
| Манеж | 1 |
| Лаз Лошадка | 2 |
| Машинка Жук | 1 |
| Машинка Багги | 1 |
| Дуги для лазания | 2 |
| Счеты со столиком | 2 |
| Тропинка Гном | 1 |
| Жираф | 1 |
| Лесенка Ракета | 1 |
| Стенка для лазания | 1 |

**3.6. Планирование образовательной деятельности**

Программа предусматривает гибкое планирование деятельности, исходя из особенностей реализуемой Программы, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовностей, интересов и инициатив воспитанников и их семей, педагогов и других сотрудников МБДОУ.

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование РППС.

Планирование направлено на совершенствование деятельности МБДОУ и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации Программы.

В основе воспитательно-образовательной работы в МБДОУ лежит комплексно-тематическое планирование.

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

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей к:

* + явлениям нравственной жизни ребенка
  + окружающей природе
  + миру искусства и литературы
  + традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
  + событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.)
  + сезонным явлениям
  + народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Для каждой возрастной группы дано комплексно-тематическое планирование, которое рассматривается как примерное. Педагоги вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период в соответствии с особенностями своей возрастной группы, другими значимыми событиями. Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на сентябрь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | | Заключительная часть |
| I неделя | Формировать навык ходьбы и бега в одном направлении. Упражнять детей в ползании на четвереньках по прямой,в прокатывании мяча по скамейке. Развивать координацию движений. | I Ходьба и бег небольшими группами в одном направлении за инструктором.  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.120-121 | 1 Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его рукой  2 Ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени |  | « Позвони в колокольчик» | | Логоритмическая игра «Скажи и покажи» |
| II неделя | Упражнять детей в равновесии при ходьбе между двумя линиями. Тренировать детей в прыжках на двух ногах. Развивать у детей воображение. | I Ходьба и бег в одном направлении и в рассыпную  II ОРУ без предметов  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.120-121 | 1 Ходьба между двумя линиями S-20см  2 Прыжки на двух ногах на месте(подпрыгивание) |  | « Запасливые хомячки» | | Игра на дыхание «Пастушок дудит в рожок» |
| III неделя | Формировать у детей умение подлезать под шнур с опорой на четвереньки. Закреплять умение прокатывать мяч по наклонной доске. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег в колонне по одному за инструктором. Игровое задание « Найди пару»  II ОРУ с султанчиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.122-123 | 1 Подлезание под шнур Н-50см на четвереньках с опорой на колени и ладони.  2.Скатывание мяча по наклонной доске |  | «Цыплята в гнездышках» | | « Ровным кругом» |
| IV неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному за инструктором. Формировать умение прокатывать мяч по прямой плоскости. . Упражнять в сохранении равновесия в ходьбе и беге, между двумя линиями. | Ходьба и бег с заданиями между шнурами  II О. Р. У. с мячами  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.122- 123 | 1 Прокатывание мяча двумя руками от черты в прямом направлении  2 Бег между двумя линиями S – 20cм |  | « Мой веселый звонкий мяч» | Игровое задание  «Изобрази предмет» | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на октябрь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Формировать навык ходьбы и бега в одном направлении. Упражнять детей в ползании на четвереньках по прямой,в прокатывании мяча в парах. Развивать координацию движений. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.123-124 | 1 Прокатывание мяча в парах из положения сидя и из положения стоя, закатывая в ворота.  2 Ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени  \* « На полянку мы пойдем»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития»  (стр.65-67) |  | «Кот и мыши» | « Найди предмет» |
| II неделя | Упражнять детей в равновесии при ходьбе между двумя линиями. Тренировать детей в перепрыгивании через шнур .Закреплять умение в подлезании под дугой. Развивать у детей воображение. | I Ходьба и бег с остановкой и сменой направления.  II ОРУ с кубиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.123-125 | 1 Ходьба между двумя линиями S-20см  2 Перепрыгивание через шнур,положенной на пол.   1. Подлезание под дугой   \*« У рябины, у рябины»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития»  (стр.73-76) |  | «Перелет птиц» | Игровое задание  «Собери букет» |
| III неделя | Формировать у детей умение ловить и передавать мяч инструктору. Закреплять умение прокатывать мяч разными способами Упражнять в равновесии. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями по кругу.  II ОРУ с мячом  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.124-126 | 1. Различные способы прокатывания мяча друг другу  2.Ловля мяча от инструктора  3 Ходьба между двумя линиями S-20см  \* « В гости к бабушке Арине»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития»  (стр.80-82) |  | « Огуречик» | « Деревья и птицы» |
| IV неделя | «Что нам осень подарила»  Способствовать развитию правильной осанки, предупреждению плоскостопия.  Развивать чувство равновесия в ползании по уменьшенной площади опоры. Упражнять детей в прокатывании мяча по прямой и попадании мяча в ворота. Развивать ловкость и глазомер.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.86-88) | | | «Дождик, дождик, кап-кап-кап»  Упражнять в перешагивании через предметы .Закреплять навык метания вдаль правой рукой. Форимировать навыки првильной осанки, развивать вестибулярный аппарат.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.69-71) | | |

***Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на ноябрь месяц.***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Формировать навык ходьбы и бега в одном направлении. Упражнять детей в ползании на четвереньках по прямой, в прокатывании мяча между предметами. Развивать координацию движений ,глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.127-129 | 1 Прокатывание мяча между предметами  2 Ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени  \* « Лягушата- малыши»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.104-106)  Упражнять в прыжках с продвижением вперед, в прокатывание мяча по прямой, в подлезание под дугой. |  | «Мыши в кладовой» | « Найди предмет» |
| II неделя | Упражнять детей в равновесии при ходьбе между двумя линиями. Тренировать детей в прыжках на двух ногах с продвижением..Закреплять умение в подлезании под веревкой на четвереньках. Развивать у детей самостоятельность. | I Ходьба и бег с остановкой и сменой направления.  II ОРУ с кубиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.128-129 | 1 Ходьба и бег между двумя линиями S-20см  2 Прыжки на двух ногах с продвижением вперед  3 Подлезание под веревкой на четвереньках  \*« Лесной колобок»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.113-115)  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Упражнять в метании мяча из-за головы  вдаль, в подлезаниии под шнур, не касаясь руками пола. |  | «Еж с ежатами» | Игровое задание  «Поиграем» |
| III неделя | Формировать у детей умение ловить и передавать мяч инструктору. Закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями по кругу.  II ОРУ с обручем  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.129-131 | 1. Бросание мяча двумя руками из-за головы вдаль.  2.Ловля мяча от инструктора  3 Прыжки из обруча в обруч.  \* « Волчок- серый бочок»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.120-121)  Упражнять в умении перелезать через предметы, в перепрыгивании через несколько линий. Закреплять умение метать в вертикальную цель |  | «Догони мяч» | « Воздушный шар» |
| IV неделя | «Я и животные осенью»  Развивать координацию движений. Уточнить представления о себе и частях тела. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в выполнение метания в вертикальную цель правой рукой  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.120-121) | | | «Все готовятся к зиме»  Развивать вестибулярный аппарат. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в метании в вертикальную цель левой рукой.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.126-127) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на декабрь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе по доске. Тренировать в мягком спрыгивании на полусогнутые ноги со скамейки. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, из положения в присяде на корточках. Воспитывать смелость. | I Ходьба и бег с заданиям.(врассыпную, змейкой)  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.131-133 | 1 Ходьба по доске ширина -20см  2 Спрыгивание со скамейки Н – 20см  3 Катание мяча друг другу в присяде на корточках(S -1,5м)  \* «Зайка заболел»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр 140-142)  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе с перешагиванием через кубики, мягко приземляться при спрыгивании. Побуждать к энергичному отталкиванию мяча двумя руками от себя и ловле его. |  | «Воробьи и кот» | « Куры» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой, беге в рассыпную используя всю площадь зала. Закреплять умение в отбивании мяча об пол двумя руками, в подлезании под дугой на четвереньках. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с остановкой. Бег в рассыпную.  II ОРУ ( с платочком)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.132-133 | 1 Отбивание мяча об пол двумя руками  2 Подлезание под дугу на четвереньках(Н -40см)  \*« Летящие снежинки»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.147-149)  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе между снежинками и перешагиванием через них, при спрыгивании с куба ( н-15см) Упражнять в метании мяча способом« снизу» |  | «Рыбаки и рыбки» | Игровое задание  «Через ручеек» |
| III неделя | Формировать у детей умение правильно координировать движения рук и ног при работе с мячом. Упражнять в пролезании в обруч на четвереньках. Развивать вестибюлярный аппарат. | I Ходьба и бег парами с заданиями.  II ОРУ с кубиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.133-135 | 1. Скатывание мяча по наклонной доске  2. Подбрасывание мяча невысоко вверх и его ловля.  3.Пролезание в обруч на четвереньках (обруч в вертикальном положении на полу)  \* « Цирковые лошадки»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.152-154)  Упражнять в умение прыжков из обруча в обруч, в мягком и устойчивом приземлении. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. |  | «Мороз Красный нос» | « Пингвины на льдине» |
| IV неделя | «В гости к нарядной елочке»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.159-161)  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической доске. Закреплять умение подлезать под дугой, без опоры на руки. Упражнять в прыжках в длину с места, через дорожку. | | | « Путешествие в страну « Неболеек»  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в прыжках в длину с места, через дорожку, в подлезании под дугой не касаясь руками пола.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.161-163) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на январь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе с перешагиванием через набивные мячи, подлезании под шнур. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу в парах. Развивать у детей координацию движений | I Ходьба и бег с заданиям.(врассыпную)  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.135-136 | 1Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи (S-15см)  2 Подлезание под шнур(н-40-50см)  3 Перебрасывание мяча друг другу в парах(S-1.5м)  \* «Лесная сказка»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр. 176-179)  Упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с высоты. Формировать умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Упражнять в бросании и ловле мяча др. другу. |  | «Найди свой цвет» | «Угадай, кто позвал» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную используя всю площадь зала, в сохранении равновесия при ходьбе с перешагиванием через набивные мячи. Закреплять умение прыгать в глубину, правильно приземляясь (на обе ноги, согнутых в коленях, смотреть вперед). Воспитывать смелость. | I Ходьба парами с заданиями для рук. Бег врассыпную  II ОРУ ( с мячом)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.135-136 | 1 Бросок мяча двумя руками об пол и ловля его.  2 Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи (S-10см)  3. Спрыгивание с куба (н-25см)  \* Зимние забавы»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.184-185)  Упражнять в мягком приземлении на полусогнутые ноги. Закреплять умение бросать и ловить мяч двумя руками. Развивать активность и инциативу. |  | «Игра в снежки» | Игра-хоровод  «Снежок» |
| III неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе с перешагиванием через шнуры. Упражнять в прокатывании мяча в ворота, подлезании под дугой. Развивать глазомер. | I Ходьба и парами с заданиями. Бег врассыпную.  II ОРУ с кубиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.137-138 | 1.Ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащими на полу  2. Прокатывание мяча в ворота  3 Пролезание под дугой  \* «Будь здоров»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.193-195)  Продолжать формировать правильную осанку  Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Обогащать двигательный опыт в прокатывании шарика правой и левой рукой в цель. Упражнять в лазании по гимнастической лесенке. Развивать глазомер и координацию движений. |  | «Медведь» | «Веселые медвежа-та» |
| IV неделя | «»  Упражнять в ходьбе по уменьшеной площади опоры, В подлезании под шнур. Формировать уменияе прыжка в обруч с поворотом.  Воспитывать самостоятельность.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.197-199) | | | « Сердце- главный моторчик организма»  Упражнять в прыжке в обруч , правым и левым боком, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании под шнур. Побуждать к бережному отношению к своему сердцу.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.199-201) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на февраль месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в подлезании под дугой. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу в парах и прокатывать его из разных исходных положений. воспитывать у детей смелость, уверенность в себе. | I Ходьба парами и бег с заданиям.(с остановкой)  II Фруктова – овощная зарядка  ( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.139-140 | 1Перекатывание мяча в парах из разных и. п.  2 Перебрасывание мяча друг другу в парах(S-1.5м)  3 Подлезание под дугой (н-40-50см)  \* «Путешествие по зимнему городу»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр. 213-216)  Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закреплять умение в подбрасывании и ловле мяча двумя руками. Развивать координацию движений. |  | «Лягушки» | Ходьба между предметами |
| II неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ребристой доске. Упражнять в умении бросать мяч об пол и ловля его двумя руками, Выполнять прыжки на двух ногах вокруг себя .Развивать ловкость. | I Ходьба парами с заданиями. Бег с остановкой  II ОРУ ( с коротким шнуром)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.135-136 | 1 Бросок мяча двумя руками об пол и ловля его.  2 Ходьба по ребристой доске  3. Прыжки на двух ногах вокруг себя в чередовании с ходьбой  \* «Три волшебных огонька»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.220-223)  Знакомить детей способам броска мяча об пол и ловля его кистями рук, тренировать в лазании по гимнастической лесенки, упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать любознательность. |  | «Игра в снежки» | Игра-« Найди предмет и назови» |
| III неделя | Упражнять в прокатывании мяча по гимнаст. скамейке, в ползании на четвереньках. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по прямой, перешагивая через набивные мячи. Развивать глазомер. | I Ходьба в колонне по одному с заданиями ( с перешагиванием через предметы). Бег врассыпную.  II ОРУ ( с детскими гантелями0  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.140-142 | 1.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи  2. Ползание на четвереньках  3 Прокатывание мяча по скамейке  \* «С витаминами дружу»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.190-193)  Содействовать укреплению здоровья, способствовать правильному питанию .Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Обогащать двигательный опыт в прокатывании шарика правой и левой рукой в цель. |  | «Автомобили» | «Паровоз» |
| IV неделя | «Как мы отдыхаем»  Формировать привычку к рациональной смены режима активности и отдыха.  Укреплять мышцы свода стоп. Упражнять в прыжках через шнур, мягко приземляясь, в подлезании под шнур.  Воспитывать самостоятельность.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.197-199) | | | « Собачка Жучка»  Продолжать укреплять у детей мышечный корсет. Сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку при ходьбе по шнуру. Закреплять навык подлезания под шнуром разными способами Воспитывать доброе и заботливое отношение к животным.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр236-238) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на март месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в подлезании под дугой. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу в парах и прокатывать его из разных исходных положений. воспитывать у детей смелость, уверенность в себе. | I Ходьба парами и бег с заданиям.(с остановкой)  II О Р У( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.142-143 | 1 Ходьба по шнуру.( прямо)  2 Прыжки в длину с места до предмета    \* «Воробей с березы на дорожку прыг»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр. 252-254)  Закреплять умение в спрыгивании с гимнастической скамейке, мягко приземляясь. Упражнять в навыке лазания по гимнастической стенке. Развивать смелость. |  | «Пузырь» | Ходьба между предметами |
| II неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ребристой доске. Упражнять в умении бросать мяч об пол и ловля его двумя руками, Выполнять прыжки на двух ногах вокруг себя .Развивать ловкость. | I Ходьба парами с заданиями. Бег с остановкой  II ОРУ ( с мячом)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.142-143) | 1 отбивание мяча двумя руками об пол и ловля его после удара о стену  2 Лазание по наклонной лестнице  \* «Весна, весна на улице»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.258-260)  Упражнять детей в прыжках в длину с места. Закреплять умение подбрасывать мяч двумя руками и ловить его. Развивать внимание, быстроту реакции. |  | Игра –эстафета с мамами  (прокати мяч) | Назови и пронеси фрукт или овощ |
| III неделя | Упражнять в прокатывании мяча по гимнаст. скамейке, в ползании на четвереньках. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по прямой, перешагивая через набивные мячи. Развивать глазомер. | I Ходьба в колонне по одному с заданиями ( с перешагиванием через предметы). Бег врассыпную.  II ОРУ ( с ленточками)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.143-145 | 1 Ходьба по шнуру. ( по кругу)  2 Прыжки в длину с места до предмета  \* «Есть у солнышка друзья »  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.264-267)  Тренировать детей в прыжке в длину с места. Закреплять внимание подбрасывать мяч и ловить его после отскока об пол Развивать функции опорно - двигательного аппарата. |  | «Поймай комара» | «Великаны и гномы» |
| IV неделя | «Заюшкина избушка»  Формировать привычку к рациональной смены режима активности и отдыха.  Укреплять мышцы стопы, формировать правильную осанку. Упражнять в прыжках на двух ногах разными способами, в метании в цель, правой и левой рукой. Развивать глазомер  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр 272-274) | | | « Мы умеем отдыхать»  Продолжать формировать правильную осанку Сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку при ходьбе по шнуру с мешочком на голове. Закреплять навык метания в вертикальную цель, прыжков на двух ногах.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр274-277) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на апрель месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе по шнуру. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока об пол. Развивать у детей самостоятельность и активность | I Ходьба в колонне по одному с заданиями. Игровое задание « Карлики и великаны»  II О Р У( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.289-291 | 1 Ходьба по шнуру, приставляя пятку к носку другой ноги  2 Подбрасывание мяча вверх и ловля его после отскока об пол    \* «Веселые бельчата»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр. 291-293)  Добиваться сохранению правильной осанки при ходьбе по шнуру.  Упражнять в бросании мяча вверх и об пол. Закреплять умение координировать движения рук и ног при лазании по гимнастической стенке. Развивать быстроту реакции на сигнал. |  | «Найди свое место» | Игровое задание  « Кто как кричит» |
| II неделя | Обогащать двигательный опыт у детей, через усвоение приемов перебрасывания мяча друг другу и его ловли. Закреплять навык прыжка в длину с места и мягкого приземления .Воспитывать чувство уверенности в своих силах при выполнении физических упражнений. | I Ходьба с заданиями, с остановкой на сигнал и сменой направления Бег в чередовании –быстрый и медленный  II ОРУ без предметов  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.296-298) | 1 Перебрасывание мяча друг другу снизу  2 Прыжок в длину с места (через ручеек) –н-30см  \* «Новая шубка для зайки»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.298-300)  Обогащать двигательный опыт у детей, через усвоение приемов перебрасывания мяча друг другу и его ловли не прижимая к груди. Совершенствовать навык прыжка в длину с места и мягкого приземления. Воспитывать чувство коллективизма. |  | « Поезд» | Игровое задание «Найди где спрятано» |
| III неделя | Упражнять в подлезании под препятствие, не касаясь руками пола. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом.  Совершенствовать навык мягкого приземления в прыжках с продвижением вперед. Развивать внимание, быстроту реакции. | I Ходьба в колонне по одному с заданиями. Игровое упражнение « Не замочи ног» Бег между предметами.  II ОРУ ( с цветами)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.302-304 | 1 Ходьба по скамейке боком приставным шагом  2 Подлезание под дугой  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед  \* «Белая березка »  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.304-306)  Совершенствовать навык подлезания под шнур, не касаясь руками пола. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом, выполняя приседание. Развивать ловкость. |  | «Найди  Свой  подснежник» | Игровое упражнение «цветок» |
| IV неделя | «Наш друг - муравей»  Побуждать сохранять правильную осанку. Совершенствовать навыки мягкого приземления при прыжке в глубину. Упражнять в перебрасывании мяча через шнур. Воспитывать смелость.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр 308-310) | | | « Звуки весны»  Развивать у детей координацию движений, зрительный и слуховой анализаторы. Упражнять в сохранении равновесия, в прыжках в глубину и мягком приземлении. Закреплять умение в перебрасывании мяча через шнур.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр310-312) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на май месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Выявить уровень физической подготовленности в метании мешочка вдаль правой и левой рукой. Упражнять в умении подлезать под шнур не касаясь руками пола. Воспитывать у детей целеустремленность. | I Ходьба по кругу с заданиями. Игровое задание «Челночный бег»  II О Р У( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.325-327 | « Я ловкий и сильный (контрольно- учетное)  1 Метание мешочка вдаль  2 Подлезание под шнур  \* «Я быстрый и сильный» (контрольнл- учетное)»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.327-329)  Выявить у детей развитие скоростных качеств в беге на скорость.  Выявить уровень физической подготовленности в метании мешочка вдаль правой и левой рукой. |  | «Наседка и цыплята» | Игровое задание  « Найди где спрятано» |
| II неделя | Развивать у детей координацию движений. Укреплять мышечный аппарат стопы. Выявить уровень физической подготовленности в прыжках в длину с места. Побуждать детей к самостоятельности при выборе физических упражнений | I Ходьба с заданиями, с остановкой на сигнал и сменой направления Бег в чередовании –быстрый и медленный  II ОРУ без предметов  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.331-332) | « Поможем Мишке- Топтыжке»  1.Прыжок в длину с места  2 Игровое упражнение с предметом( мяч, обруч, гантели, лента, кубики,дуга…)  \* «Давйте поиграем»  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.334-336)  Закреплять навыки выполнения основных движений в подвижных играх, уровень знаний содержания п.и. Развивать координацию движений. |  | « У медведя во бору» | Ходьба змейкой между предметами |
| III неделя | Выявить уровень силы, гибкости, выносливости. Укреплять мышцы туловища, конечностей. Воспитывать у детей чувство уверенности, смелость | I Ходьба в колонне по одному с заданиями. Игровое упражнение « Не замочи ног» Бег между предметами.  II ОРУ ( с цветами)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.336-338 | Поможем Доктору Айболиту»  1 Наклон вперед-вниз, стоя на гимнастической скамейке  2 ходьба змейкой между предметами  \* «1,2,3,4,5- выходи скорей играть »  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр.338-339)  Продолжать развивать самоконтроль и координацию движений.  Закреплять знания правил п. и., навыки выполнения основных движений |  | «Солнышко и дождик» | « Поезд» |
| IV неделя | «На лесной полянке»  Сохранять равновесие при ходьбе и сбегании по наклонной доске, закреплять умение мягко приземляться при прыжке в длину с места. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр 340-341) | | | « Становись скорей в кружок – поиграем мы дружок,»  Закреплять навыки бросания и ловле мяча. Закреплять умение в ходьбе по наклонной доске, подпрыгивании вверх. Развивать ловкость.  Т.Э. Токаева «Технология физического развития» (стр344-346) | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на июнь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по бревну. Упражнять в умении ловить и перебрасывать мяч инструктору. Развивать ловкость | I Ходьба по кругу со сменой направления  II О Р У( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.152-153 | 1.Ходьба по бревну  2.Ловля мяча от инструктора  \*(усложнение на третье занятие) Перебрасывание мяча через веревку) |  | «Солнышко и дождик» | Игровое задание  «Найди игрушку» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления. Тренировать в прыжках в высоту, допрыгивая до предмета. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. Воспитывать смелость | I Ходьба и бег с заданиями, с остановкой на сигнал инструктора. Бег врассыпную.  II ОРУ с кубиками  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.153 | 1.Подпрыгивание до предмета  2 ползание на четвереньках по гимнастической скамейке  \*Передача мяча друг другу в парах(снизу) |  | Игра эстафета  «Мяч до флажка» | «Передай арбуз» |
| III неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге парами с перестроением в колонну по одному. Закреплять навык метания вдаль, правой и левой рукой. Развивать у детей гибкость, при подлезании под шнур. | I Ходьба и бег парами с перестроением в колонну по одному.  II ОРУ ( с обручами)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.154-155 | 1.Метание мяча вдаль правой и левой рукой  2.Подлезание под шнур  \* Сбивание мячом кегель |  | «Догони мяч» | «Поезд» |
| IV неделя | Игровой час - «Мы играем»  Цель - Вызвать у детей положительные эмоции и двигательную активность, через участие в подвижных играх.  Игровые задания  1 ходим – бегаем  2 Прокати мяч  3.П.И «Лягушки»  4 «Сбереги предмет»  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.191-192 | | | Игровое занятие «Веселый мяч»  Цель - обогатить знания детей подвижных игр с мячом. Повысить у детей двигательную активность, через участие их в подвижных играх с мячом.  1часть «Мяч над головой»  2часть «Поймай мяч»  «Сбей мячом кеглю»  3часть «Передай арбуз» | | |

**Планирование занятий по физическому развитию во 2 младшей группе на июль месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по бревну. Тренировать детей в прыжках вверх с места, дотрагиваясь до предмета. Воспитывать смелость. | I Ходьба и бег между предметами с заданиями для рук  II О Р У( см комплекс утренней гимнастики)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.155-156 | 1.Ходьба по бревну свободно балансируя руками  2.Подпрыгивание вверх до платочка  \*(усложнение на третье занятие) Ходьба по бревну, выполняя движения руками (в стороны, вверх, вниз) |  | «Мяч до флажка» | Игровое задание  «По ровненькой дорожке» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге с различными заданиями. Упражнять в подпрыгивании до предмета, в прокатывании мяча с попаданием в цель. Развивать координацию. | I Ходьба и бег с различными заданиями  II ОРУ( с гантельками)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.156-157 | 1.Подпрыгивание до предмета  2 Катание мяча с попаданием в предметы  \*Прокатывание мяча в ворота |  | Игра эстафета  «Быстрые пары» | «Передай мяч» |
| III неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге парами с перестроением в колонну по одному, на сигнал инструктора –бег в рассыпную. Закреплять навык метания мяча вдаль, правой и левой рукой. Упражнять в подпрыгивании до предмета. Развивать ловкость | I Ходьба и бег парами с перестроением в колонну по одному .Бег в рассыпную  II ОРУ ( с мячом)  И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.157-158 | 1.Ходьба по бревну с перешагиванием через набивные мячи.  2.Метание мяча в горизонтальную цель S-1.5- 2м  \* Подпрыгивание до предмета |  | «Солнышко и дождик» | «Поиграем?» |
| IV неделя | Игровой час - «1-2-3 - Лови»  Цель - Вызвать у детей положительные эмоции и двигательную активность, через участие в подвижных играх.  Игровые задания   1. Ходьба и бег между ориентирами 2. П.и «Лохматый пес» 3. Игровое задание «Лягушки» 4. Игровое задание «Бабочки»   И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.193-194 | | | Игровое занятие «Веселый мяч»  Цель - обогатить знания детей подвижных игр с мячом. Повысить у детей двигательную активность, через участие их в подвижных играх с мячом.  1час «Толкни мяч и догони»  2часть Игровое упражнение «Веселый мяч» (стр.192)  «Мяч в ворота»  3часть «Гонка мяча» | | |

**ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНИХ ГРУППАХ НА СЕНТЯБРЬ МЕСЯЦ.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в равновесии, при ходьбе по следам, при выполнении прыжков в высоту до предмета, ползании под дугами. Побуждать детей к проявлению самостоятельности при достижении цели. | I ч. Построение в колону. Ходьба и бег с заданиями, змейкой.  II ч. ОРУ без предметов  ( см. конспект )  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.6-7 | 1. Прыжок в высоту (Н-15см) выше поднятой руки ребенка. 2. Ползание под дугами ( Н -40 см) 3. Ходьба по следам |  | Игроритмика «Все спортом занимаются» | Спокойная игра « Прятки»  (спрячься за предмет) |
| II неделя | Упражнять детей в метании мешочка вдаль(3,5 – 6,5м). Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать у детей ситуативно – деловое общение со сверстниками в процессе деятельности. | I ч. Построение в колону. Ходьба с заданиями («обезьянки и муравьишки» )  II ОРУ с обручем Е. А.  Мартынова «Физическое развитие» стр.7-8 | 1.Метание мешочка вдаль правой и левой рукой.  2.Ходьба по скамейке  (Н -30см) |  | «Лиса в курятнике» | «Ходьба по залу между предметами» |
| III неделя | Упражнять детей в подбрасывании мяча вверх и ловле его,в отбивании мяча о пол и ловле его двумя руками. Тренировать детей в прыжках в длину с места. Формировать осанку. Воспитывать чувство уверенности. | I ч. Построение в колону. Бег и ходьба с заданиями для рук и ног.  II ч. ОРУ с мячом  Мартынова «Физическое развитие» стр. 8-10 | 1.Подбрасывание и ловля мяча, отбивание мяча об пол и ловля его двумя руками.  2.Прыжок в длину с места |  | « Солнышко и дождик» | Игра малой подвижности «Играй, играй, обруч не теряй» |
| IV неделя | Занятие сюжетного типа «Осень в лесу»  Пр. с: Учить детей соблюдать интервалы во время передвижения, не отставать от ведущего. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Воспитывать у детей любовь к природе.  См. конспект №10 Глазырина стр. 29 | | | Занятия игрового типа  Пр. с: Учить детей легко бегать не наталкиваться друг на друга. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать у детей координацию движений. См. конспект №5 Глазырина стр. 18  \*Упражнять детей в передачи и ловле мяча в парах (из-за головы) | | |

**Планирование занятий по физической культуре в средних группах на октябрь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в равновесии, в прыжках через веревку, подлезании под шнур не касаясь пола. Развивать у детей любознательность, двигаьельную активность | I ч. Построение в колону. Ходьба и бег с заданиями, с перешагиванием через предметы.  II ч. ОРУ  (см. конспект утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» с.10-11 | 1.Прыжок через веревку  (н-5-10см)  2.Подлезание под шнур ( Н -40 см)  \*Ходьба по веревке боком  Подбрасывание и ловля мяча 2 руками |  | Лягушки»  \*Игроритмика «Все спортом занимаются» | «Холодно - жарко»  \*Спокойная игра « Прятки»  (спрячься за предмет) |
| II неделя | Упражнять детей в метании мешочка вдаль(3,5 – 6,5м). Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать у детей ситуативно – деловое общение со сверстниками в процессе деятельности.. | I ч. Построение в колонну. Ходьба с заданиями . Бег в рассыпную, с ускорением.  II ОРУ с платочком  Е. А. Мартынова  «Физическое развитие» стр11-12 | 1.катание мяча перед собой одной и двумя руками  2.Перебрасывание мяча через сетку (от груди)  \*Перебрасывание мяча по кругу (из-за головы)  Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики |  | «Скворушки»  \*«Собери урожай» | « Море волнуется»  \*«Ходьба по залу между предметами» |
| III неделя | Упражнять детей в прокатывании мяча между двумя линиями, в отбивании мяча об пол одной рукой. Тренировать детей в прыжках в длину с места. Воспитывать самостоятельность | I ч. Построение в колону. Бег и ходьба с заданиями для рук и ног.  II ч. ОРУ с мячом  Мартынова «Физическое развитие» стр. 12-14 | 1.Прокатывание мяча между двумя линиями  2.Прыжок в длину с места  \*Отбивание мяча об пол одной рукой  Прыжки через веревку с продвижением вперед |  | « Зайцы и волк»  \*«Найди свое дерево» | Игра малой подвижности «Угадай, чего нет»  \*Прокати обруч (колесо) |
| IV неделя | Занятие сюжетного типа  «Осень в лесу»  Пр. с: Учить детей соблюдать интервалы во время передвижения, не отставать от ведущего. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Воспитывать у детей любовь к природе.  См. конспект №10 Глазырина стр. 29 | | | Занятия игрового типа  Пр. с: Учить детей легко бегать не наталкиваться друг на друга. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать у детей координацию движений.  \*Упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку.  См. конспект №5 Глазырина стр. 18 | | |

**Планирование занятий по физической культуре в средних группах на ноябрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменен. направления движения. Закр-ть умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе по веревке боком, спрыгиванию с высоты. Упражнять в лазании по гимнаст. стенке. Воспит. смелость. | I ч. ходьба и бег в колоне по одному с изменением направления движения  II ОРУ  (см. конспект утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» с.14-16 | I Ходьба по веревке боком,с перешагиванием через набивные мячи.  II Спрыгивание с высоты  (Н- 20-30см)  III Лазание по гимнастической стенке |  | «Ловишки»  «Кто быстрее» | «Найди и промолчи»  «Угадай кто позвал» |
| II неделя | . Закрепить умение в ходьбе и беге змейкой.  Упражнять детей в прокатывании мяча друг другу, В прыжках в высоту до предмета.  Воспитывать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями.  II Общеразв. упр. с кубиками  Е.А. Мартынова «Физическое развитие (стр.15-16) | I Прокатывание мяча друг другу из разных положений  II Прыжки в высоту( до предмета Н-15см) |  | «Прокати не отпусти»  (стр16)  «Найди себе пару» | Ходьба по залу с заданиями для рук  «Угадай кто позвал» |
| III неделя | Учить детей ползать на животе. Закреплять умение бросать мяч в кольцо двумя руками от груди, из-за головы. Развивать глазомер | I ч. Ходьба и бег в колоне по одному. На сигнал остановиться глубоко вдохнуть и задержать дыхание.  II ОРУ. с мячом  Мартынова Физ. развит.  ( стр.17-18) | I Бросок мяча в кольцо из- за головы и от груди(S-1.5-2м) Н кольца-1.5м  II Ползание по полу на животе. Игровое задание  « Разведчики» |  | «Прокати не отпусти»  (стр16)  «Подружись»  (стр18) | «Найди и промолчи».  Ходьба по залу с заданиями для рук |
| IV неделя | Тематические занятия  «Доброе сердце»  Цель:   1. Упражнять детей в ползании, лазанье. 2. Вырабатывать у детей правильную осанку. 3. Воспитывать у детей чувство доброты, сочувствия.   Глазырина конспект №31 стр. 69-71 | | | Полоса препятствий.  Цель: Упражнять детей в прыжках из обруча в обруч, подлезанию под дугой, метанию малого мяча в корзину Воспитывать чувство поддержки и взаимовыручки. | | |

**Планирование занятий по физической культуре в средних группах на декабрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; закреплять умение в прокатывании мяча по наклонной с попаданием в цель, в прыжках в длину с места. Развивать глазомер. | I ч. Ходьба и бег с заданиями в колоне по одному  II О. Р.У без предметов  ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» (стр.19- 21) | 1 Ходьба по веревке боком  2 Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет  3 Прыжки в длину с места до ориентира(S -50см) |  | «Мы веселые ребята» . | «Море волнуется » |
| II неделя | Тренировать детей ходьбе и беге парами в колонне; упражнять в броске мяча из – за головы через сетку Закреплять умение ползать на животе по гимнастической скамейке. Развивать творческие способности. (в игре) | I Ходьба и бег с заданиями в парах.  II О.Р.У.С ( гимнастич. палкой)  Мартынова «Физическое развитие» (стр.19- 21) | 1.Ходьба по « следам»  2 Бросок мяча из –за головы через сетку (S-1.5 м)  3.Ползание по скамейке на животе (Н-20-25 см) |  | «Домашние птицы» (стр 20) | Тишина у пруда» |
| III неделя | Упражнять детей в ходьбе в колоне по одному и в рассыпную с остановкой по сигналу инструктора. Закреплять умение бросать мяч через сетку двумя руками от груди. Упражнять в ползании на четвереньках прокатывая мяч головой, в прыжках через предметы. Воспитывать самостоятельность. | I Ходьба и бег в колоне по одному с заданиями. Бег врассыпную с остановкой по сигналу инструктора.  II О.Р.У. с мячами  Мартынова «Физическое развитие» (стр.22- 23) | 1 перебрасывание мяча через сетку S – 1,5м. (двумя руками от груди).  2 Ползание на четвереньках прокатывая мяч головой  3 Прыжки через предметы (Н-5-10см) |  | П. И.  «Снежинки и ветер» | «Найди игрушку» |
| IV неделя | Тематическое занятие  «Волшебная гостья.»  Цель:   1. Упражнять в различных видах ритмичного бега и ходьбы. 2. Обучать детей акробатическим элементам. 3. Совершенствовать умения и навыки лазанье и перелезании. 4. Учить правилам хорошего тона.   Глазырина конспект №43 стр. 93. | | | Игровые занятия  «Зимние забавы»   1. Познакомить детей со спортивным инвентарем применяемых в зимних видах спорта. 2. Учить детей использовать элементы отдельных спортивных игр в развлечениях и забавах. 3. Развивать самостоятельность.   Глазырина конспект №50 стр. 107. | | |

**Планирование занятий по физической культуре в средних группах на январь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Пр. содержание | I часть | Основные движения | Способ организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в прыжках на двух ногах через предметы. Формировать умение отбивать мяч одной рукой  Развивать творческие способности в игре. | I ч. Различные виды ходьбы и бега.  IIч ОРУ (см. Комплекс утренней гимнастики) | 1 Отбивание мяча правой и левой рукой об пол.  2 Прыжки на двух ногах через набивные мячи.  Мартынова «Физическое развитие» стр24-26 |  | «Вьюга» | Изобразим снежинку (Развивать творческие способности) |
| II неделя | Закреплять умение метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Сохранять устойчивое равновесие при ползании по наклонной плоскости, на четвереньках. Развивать глазомер. | I ч. Ходьба и бег с заданиями  II О. Р. У. с коротким шнуром.  Мартынова «Физическое развитие» (стр25-26) | 1Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой(S-2-2.5м)  2 Ползание на четвереньках, по наклонной доске(Н-35см) |  | «Эх, на санках прокачу» | «Игра со снежком» |
| III неделя | Упражнять детей в равновесии,в подлезании под веревкой. Тренировать в перебрасывании мяча из-за головы в парах. Воспитывать чувство товарищества. | I ч Ходьба и бег с заданиями  II ч. ОРУ с мячом  Мартынова «Физическое развитие» (стр27-28) | 1 Ходьба по веревке, приставляя пальцы одной ноги к пятке другой.  2 Перебрасывание мяча из-за головы в парах  3Подлезание под веревкой (прямо и боком) |  | «Цветные автомобили» | Игра с мячом  «Поймай снежок» |
| IV неделя | Зимние забавы  Цель: Ознакомить со спортивным инвентарем, применяемым в зимних видах спорта. Использовать элементы отдельных спортивных игр в развлечениях и забавах.  Развивать самостоятельность.  Глазырина занятие № 50 стр. 107-108. | | | Тематическое занятие  «Январь на дворе»  Учить детей свободно применять полученные умения для выражения своих впечатлений. Развивать у детей гибкость в упражнениях по образному представлению. Воспитывать у детей желание обогащать выразительность своих движений с помощью музыки. | | |

**Планирование занятий по физическому развитию на февраль месяц в средних группах**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть.  ОРУ | Основные движения | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по шнуру. Закреплять умение порлезать в обруч прямо и боком. Тренировать в выполнении прыжка в длину с места.  Воспитывать уверенность, самостоятельность. | I ч. Ходьба и бег с заданиями  II Фруктово- овощная зарядка)  (См конспект утренней гимнастики) | 1. Прыжок в длину с места  2. Ходьба по шнуру прямо и боком  3. Пролезание в обруч (прямо и боком)  Мартынова (стр.28-30)  «Физическое развитие» |  | Игра «Метелица» | Игра малой подвижности «Зимние забавы» |
| II неделя | Формировать навык ловли и подбрасывании мяча двумя руками, умению отбивать мяч об пол и ловле его двумя руками.  Упражнять в подпрыгивании до предмета.  Развивать ловкость. | I ч. Ходьба и бег с заданиями  II ч. О.Р.У. с кубиками  Мартынова 2 Физическое развитие» стр 28 -30 | 1 Подбрасывание и ловля мяча двумя руками  2 Отбивание мяча об пол и ловля двумя руками.  3 Прыжки в высоту до предмета |  | П.игра  « Ловишка с лентами» | Ходьба между предметами  С заданиями для рук. |
| III неделя | Упражнять детей в равновесии. Закреплять умение прокатывать мяч головой, спрыгивать с предмета, мягко приземляясь.  Развивать координацию движений. | I ч . Ходьба и бег с заданиями  II ч. О.Р.У. с мячом  Мартынова « Физическое развитие» стр. 30 -32 | 1. Прокатывание мяча головой вперед из положения стоя на четвереньках.  2. Ходьба по ребристой доске  3.Спрыгивание с предмета(н-20см) |  | Игра-эстафета  ( парная)  «Грузовик» | Игра малой подвижности «Холодно-жарко» |
| IV неделя | Поход в зимний лес.  Развивать у детей выносливость. Воспитывать приспособляемость к условиям окружающей действительности. Развивать творческое воображение детей в процессе двигательной и трудовой деятельности.  Глазырина «Поход в зимний лес» стр. 129-131. | | | Занятие игрового типа.  «Зимушка зима, спортивная пора»  Цель: Знакомить детей со спортивными упражнениями в процессе проведения игр и эстафет. Вырабатывать навыки самостоятельности. Воспитывать смелость.  Глазырина конспект №52 стр. 112-114. | | |

**Планирование занятий по физическому развитию в средних группах на март месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в равновесии. Совершенствовать навыки прыжка из обруча в обруч. Развивать ловкость. Воспитывать дружеские отношения с мамами. | I ч. Различные виды ходьбы и бега.  II ч. ОРУ (без предметов см комплекс утренней гимнастики)  Е А Мартынова «Физическое развитие. (стр33-35) | 1 Прыжки на двух ногах из обруча в обруч    2 Ходьба по шнуру прямо и боком |  | Эстафета с обручами с мамами | Спокойная ходьбы между предметами «ручейками» (дети придумывают движения для положения рук) |
| II неделя | Упражнять детей в равновесии. Обучать прокатыванию обруча между предметами и пролезанию в обруч прямо и боком. Развивать у ребят ловкость, быстроту. В самостоятельном задании развивать творческие импровизации. | 1 ч. Ходьба и бег с заданиями.  2 ч. О Р У, с обручами    Е А Мартынова «Физическое развитие. (стр34-35) | 1. Ходьба по скамейке боком. 2. Пролезание в обруч прямо и боком 3. Прокатывание обруча между предметами |  | Эстафета «Быстрые лошадки» | Ходьба по залу, на сигнал СТОП!  Придумай фигуру с обручем |
| III неделя | Упражнять детей в подбрасывание и ловле мяча снизу и из-за за головы. Формировать у детей навык выполнения прыжка в длину с места.  Развивать быстроту двигательной реакции. Развивать у детей сообразительность | I ч. Ходьба и бег с заданиями  II ОРУ (с гимнастической палкой)  Е А Мартынова «Физическое развитие. (стр35-37) | 1 Прыжки в длину с места до ориентира.  2. Катание мяча в парах друг другу, из разных исходных положений.  3.Передача мяча парах (снизу, из – за головы) |  | «Перебрось мяч» | Игра малой подвижности с мячом « Один – много» |
| IV неделя | Тематическое занятие  «Солнечные зайчики»  Цель: Вызвать у детей эмоциональный отклик на художественное приветствие взрослого. Побуждать детей изображать солнечные лучики, принимать образ тепла, света, доброты. Совершенствовать навыки прыжков. Упражняться в беге в сочетании с прыжками.  Глазырина конспект №77 стр. 161-163. | | | Занятия игрового типа  Закрепить умение прыгать через короткую скакалку. Упражняться в ловле и бросании мяча. Развивать ловкость.  I ч. П. П. «Лошадки»  II ч. «Веселые скакалки»; «Мой веселый звонкий мяч».  III ч. «Узнай по голосу».  Глазырина конспект №80 стр. 167-169. | | |

**Планирование занятий по физической культуре в средних группах на апрель месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Побуждать детей к осознанному выполнению упражнений, через привлечения показа упражнений.  Упражнять детей в равновесии, в умении перебрасывать мяч друг другу, разными способами. Развивать у детей музыкальное творчество, через выполнение движений в соответствии с музыкой. | I Ходьба и бег с заданиями. Дыхательное упражнение  « КУ – КА – РЕ - КУ»  II ОРУ ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие»  (стр37 -39) | 1 Перебрасывание мяча в парах из –за головы из разных исходных положений(сидя, стоя)  2 Ходьба по канату прямо и боком приставным шагом |  | « Удочка» | «Придумай фигуру» |
| II неделя | Упражнять детей в умении перебрасывать мяч через сетку. Тренировать в прыжках в длину с места. Развивать ловкость. внимание. | I Ходьба и бег с заданиями  II ОРУ с мячом.  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр38 -39) | 1 Перебрасывание мяча через сетку.(S- 1.5м)  2 Прыжки в длину с места до ориентира.  Д – 60 см |  | « Ловишка, поймай мяч» | «Земля. воздух, вода, огонь» |
| III неделя | Закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо, из – за головы, от груди. Упражнять в умении пролезать в обруч прямо и боком. Воспитывать у детей чувство взаимовыручки, через выполнение игровых действий с элементами соревнований | I игра Ходьба и бег с заданиями  II ОРУ с коротким шнуром  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр40 -42) | 1 Забрасывание мяча в кольцо»  2 Ходьба по ребристой доске.  3 Пролезание в обруч прямо и боком |  | « Перебрось мяч» | Игра малой подвижности « Угадай, кто позвал» |
| IV неделя | Тематическое занятие «Затейники»  Цель: Учить детей придумывать движения, находить средства и способы выразительности, активно использовать приобретенные навыки в выполнении разных двигательных заданий. Побуждать к активному творческому самовыражению.  Шебеко. Ермак. «Физ празд. В д/с» стр. 38-39 | | | **Игровые занятия**  Закреплять умение детей лазать по гимнастической стенке. Тренировать в беге с увертыванием. Развивать у детей координацию.  I Двое. Трое.  II «Пожарные на учениях» «Ловишка, ноги от пола»  III “Ловушка” | | |

**Планирование занятий по физическому развитию в средних группах на май месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Программное содержание | Вводная часть | Основная часть | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Закреплять у детей навык метания мешочка вдаль. Упражнять в ползании из положении сидя, упор руками сзади. Развивать творческие способности у детей. | I ч. Ходьба и бег с заданиями для рук. Дыхательное упражнение  « Отдых»  II ОРУ без предметов( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» с.42-43 | 1. Метание мешочков вдаль, правой и левой рукой  2. Ползание. Упражнение «Жучок» |  | «Перебрось мяч». | « Антошка» |
| II неделя | Тренировать детей в ходьбе по наклонной доске, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках, разными способами. Развивать ловкость. | I ч. Ходьба и бег с заданиями. Дыхательное упражнение «Отдых»  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова «Физическое развитие»стр. 43-44 | 1.Ходьба по наклонной доске( н -35 см)  2.Прыжки через веревку боком и с продвижением вперед |  | Ловишка, ноги от пола. | « Угадай , кто позвал» |
| III неделя | Упражнять детей в прыжках в длину с места до ориентира, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Воспитывать чувства товарищества. | I ч. Ходьба и бег с заданиями («воробьи-прыгуны)  II ч. ОРУ с обручем.  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.44-45 | 1. Прыжки в длину с места до ориентира(60-70см)  2 Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы |  | « Переправа» | « Мяч по скамейке» |
| IV неделя | « На лесной лужайке»  Цель: тренировать детей в длительной ходьбе и беге. Воспитывать выносливость.  Упражнять детей в лазании, перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость.  Л. Д.Глазырина « Физическая культура дошкольникам» ( стр.214 - 215) | | | Занятия игрового типа  Цель: Закрепить умение передавать мяч друг другу разными способами; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.  I ч. «Цветные автомобили».  II ч. «Бездомный заяц».  III ч. Передай мяч. | | |

**Планирование занятий по физическому развитию в средних группах на июль месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Программное содержание | Вводная часть | Основная часть | Форма организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Закреплять у детей навык метания мешочка вдаль. Упражнять в ползании из положении сидя, упор руками сзади. Развивать творческие способности у детей. | I ч. Ходьба и бег с заданиями. Упржнение «рачки «муравьишки».    II ОРУ без предметов( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» с.42-43 | 1. Метание мешочков вдаль, правой и левой рукой  2. Ползание. Упражнение «Жучок» |  | «Перебрось мяч». | « Антошка» |
| II неделя | Тренировать детей в ходьбе по наклонной доске, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках, разными способами. Развивать ловкость. | I ч. Ходьба и бег с заданиями. Дыхательное упражнение «Отдых»  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова «Физическое развитие»стр. 43-44 | 1.Ходьба по наклонной доске( н -35 см)  2.Прыжки через веревку боком и с продвижением вперед |  | Ловишка, ноги от пола. | « Угадай , кто позвал» |
| III неделя | Упражнять детей в прыжках в длину с места до ориентира, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Воспитывать чувства товарищества. | I ч. Ходьба и бег с заданиями («воробьи-прыгуны)  II ч. ОРУ с обручем.  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» стр.44-45 | 1. Прыжки в длину с места до ориентира(60-70см)  2 Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы |  | « Переправа» | « Мяч по скамейке» |
| IV неделя | « На лесной лужайке»  Цель: тренировать детей в длительной ходьбе и беге. Воспитывать выносливость.  Упражнять детей в лазании, перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость.  Л. Д.Глазырина « Физическая культура дошкольникам» ( стр.214 - 215) | | | Занятия игрового типа  Цель: Закрепить умение передавать мяч друг другу разными способами; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.  I ч. «Цветные автомобили».  II ч. «Бездомный заяц».  III ч. Передай мяч. | | |

**ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШИХ ГРУППАХ НА СЕНТЯБРЬ МЕСЯЦ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в сохранении равновесия,в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Упражнять в прыжках с продвижением вперед, зажав мяч между коленями. Формировать правильную осанку. | I Построение в шеренгу. Ходьба с заданиями (на носках, пятках, в полуприсяде,) Бег в рассыпную, ходьба.  II ОРУ без предметов ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.57 -58 | 1 Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.  ( Н – 25 см)  2 Прыжки с продвижением вперед на двух ногах ,зажав мяч между коленями |  | «Удочка» | Спокойная ходьба  П.И. «У кого мяч» |
| II неделя | Обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола подпрыгивая до предмета. Упражнять в подбрасывании мяча вверх, метанию в горизонтальную цель Развивать целеустремленность, настойчивость. | I Ходьба в колонне по одному (носки, пятки, широкий шаг) Бег змейкой (40-50 см.)  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.57 -59 | 1 Прыжки до предмета (3-4 р.)  2 Подбрасывание и ловля мяча вверх и ловля двумя руками.  3 Метание мешочков в горизонтальную цель |  | «Быстро возьми» | Спокойная ходьба по залу с заданиями для рук. |
| III неделя | Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, в прыжках на двух ногах по заданной траектории Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу и ловить его. Развивать ловкость | I Ходьба в колонне по одному с заданиями, на сигнал « Кругом» смена направления  II ОРУ с гимнастической палкой.  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.58 -60 | 1 Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове  2 Прыжки на двух ногах между кеглями  3 Перебрасывание мяча друг другу, третий игрок стоит по середине, стараясь коснуться мяча. |  | Игра – эстафета « Собери овощи» | Игра малой подвижности «Назови ласково» |
| IV неделя | Сюжетное занятие «Космонавты»  Пр. с: Упражнять в прыжках в высоту, пролезании в обруч правым и левым боком. Ходьбе по ограниченной площади. Воспитывать ловкость, смелость  (см. конспект) | | | Игровое занятие  Пр. с: Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Броскам мяча вверх и ловля его двумя руками. Развивать смелость, ловкость.  I П.И. «Найди свое место»  II «Бездомный заяц», «Мой веселый звонкий мяч»  III Найди и промолчи | | |

**Планирование физкультурных занятий в старших группах на октября месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в сохранении равновесии, в ходьбе по гимнастической скамейке прямо и боком. Упражнять в прыжках. Тренировать в умении бросать мяч о стенку и ловле его двумя руками. Развивать выносливость | I Построение в шеренгу. Ходьба с заданиями (на носках, пятках, на высоких четвереньках «слоники») Бег до 1.5 мин.  II ОРУ ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.60 -62 | 1 Ходьба по гимнастической скамейке прямо и боком  2 Прыжки через 5-6 предметов  Н-15-20см  3 Бросок мяча о стенку и ловля его 2 руками |  | «Птицы в клетке» | Игровое задание «Чьи дети» |
| II неделя | Упражнять детей в подбрасывании и ловле мяча вверх, отбивании мяча об пол одной рукой. Закреплять умение в ходьбе по гимнастической скамейке боком, умение в подлезании под дугой правым и левым боком. Развивать целеустремленность, настойчивость. | I Ходьба и бег с заданиями в колонне поодному. Дыхательные упражнения  II ОРУ с обручем  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.61-62 | 1.Подлезание под дугой правым и левым боком  2 Подбрасывание и ловля мяча вверх и ловля двумя руками, отбивать мяч об пол одной рукой  3 Ходьба по гимнастической скамейке боком |  | «Шишки ,  желуди, каштаны» | П.И. «Летает – не летает |
| III неделя | Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, перепрыгивании через шнур с продвижением вперед. Закреплять умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо. Развивать ловкость | I Ходьба в колонне по одному с заданиями « крабики» , « обезьянки». Бег змейкой,легкий бег до 1.5 мин  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.62-64 | 1 Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо(S-3,5м)  2 Ползание по гимнастической скамейке на животе  3 Перепрыгивание через шнур боком, продвигаясь вперед |  | «Гуси-лебеди | Игровое задание «Необычный художник» |
| IV неделя | Тематическое занятие  Закреплять простейшие навыки туризма. Знакомить с правилами поведения во время выполнения упражнений в холодную погоду. Закрепить навыки мягкого приземления. Совершенствовать навыки метания правой и левой рукой. Воспитывать чувство товарищества.  Глазырина конспект №25 стр.55 | | | Игровое занятие  Цель: Закреплять у детей умение перестраиваться в различные фигуры. Упражнять в прыжках на месте (подпрыг.) Лазании по гимнастической стенке. Воспитывать смелость, ловкость.  I «Найди свое место» (карточка №50)  II «Удочка», «Пожарные на учении»  III «Узнай по голосу» | | |

**Планирование физкультурных занятий в старшей группе на ноябрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | Подвижные игры | Заключительная часть |
| I неделя | 1. Обучать детей ведению мяча правой и левой рукой и забрасыванию в баскетбольную корзину;  2. Упражнять в ползании на четвереньках по гимнастической скамейки.  3.Воспитывать смелость. | I. Ходьба и бег в колонне по одному с различными движениями для рук.  II. ОРУ ( см. комплекс утренней гимнастики) | 1. Ведение мяча правой и левой рукой (3-4 мин.)  2. Ведение мяча по прямой с забрасыванием его в баскетбольную корзину;  3. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке |  | «Водящий–  за мячом»  Глазырина, 61 | Сделай фигуру  Ходьба по залу в спокойном темпе змейкой, по диагонали, по спирали; |
| Глазырина, конспект № 28, с. 60-61 | | | |
| II неделя | 1. Закреплять умение ходить и бегать с остановкой на сигнал «стоп»;  2.Упражнять в перебрасывании мяча в парах  3. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия в прыжках на одной ноге с продвижением вперед; при ходьбе по гимнастической скамейке.  4. Развивать ловкость. | I. Ходьба и бег с заданиями, на сигнал – смена направления;  II. ОРУ с гимнастическими палками | 1. Перебрасывание мяча в парах, из разных положений.  2. Прыжки по прямой на правой и левой ноге до предмета (S = 5 м)  3. Ходьба по гимн. скамейке (по 2-3 подхода) |  | «Кто  быстрее добежит до флажка» | Игровое задание «Испорченый телефон» |
| Мартынова Физическое развитие стр 65-66 | | | |
| III неделя | 1. Упражнять в подбрасывании и ловля мяча, отбивании о стену и ловле его двумя руками  2. упражнять в сохранении равновесия при ползании на четвереьках, толкая мяч головой.  3. Закреплять умение перепрыгивать через шнур, мягко приземляясь.  4 . воспитывать смекалку. | I. Ходьба и бег в колонне по одному с заданиями для рук  II. ОРУ парами  Глазырина, с. 72 | 1.Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка, бросание мяча о стену и ловля его двумя руками.  2. ползанье на четвереньках, толкая мяч головой;  3. Перепрыгивание через шнуры(S -50см) |  | «Ловля обезьян»  Глазырина, с. 73  «Ноги от пола» | Ходьба по залу в спокойном темпе змейкой, по диагонали, по спирали;  «У кого мяч» |
| Мартынова Физическое развитие стр 67-68 | | | |
| IV неделя | **Тематическое занятие «Птичий двор»**  Цель: - развивать у детей способность передавать в движениях развернутый сюжет музыкального рассказа;  - упражнять в беге, прыжках, спрыгивании;  - активизировать воображение, наблюдательность, память  См. Глазырина, № 33, с. 68 | | | **Занятие игрового типа «Играем в баскетбол»**  Цель: - учить детей выполнять игровые действия в командной игре;  - знакомить с простейшими правилами игры в баскетбол;  - воспитывать решительность, смелость;    Глазырина, конспект № 32, с. 66-67 | | |

**Планирование занятий по физическому развитию в старших группах на декабрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П. И. | Заключительная часть |
| I неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, с перешагиванием через предметы. Тренировать детей в умении бросать мяч о стену и ловле его двумя руками.  Воспитывать смелость. | I Ходьба и бег с заданиями, гусиным шагом, подскоки.  II ОРУ( см. конспект утренней гимнастики)  Мартынова «Физическое развитие» (стр70 -71) | 1Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики (н-25см)  2Бросание мяча о стену и ловля его двумя руками |  | «Охотники и зайцы» | « Найди предмет» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, соблюдая определенную дистанцию друг от друга.Закреплять навык передачи мяча в парах различными способами и из различных положений. Упражнять в ползании на четвереньках, ведя мяч головой. Воспитывать решительность. | I Ходьба и бег с заданиями(«котики, , слоники, муравьишки ,раки»)  II О.Р.У. (с обручем)  Мартынова «Физическое развитие» (стр70 -71) | 1 Перебрасывание мяча в парах различными способами  2 Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч |  | «Поймай рыбку» | « Щука» |
| III неделя | Обучать детей прыжкам с продвижением вперед, зажимая мяч между ног. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями. .Дыхательные упражнения со звуком «м»  II О. Р. У с кубиками  Мартынова «Физическое развитие» ( стр71 -73) | 1 Прыжки на двух ногах до предмета, зажав мяч между ног.  2 Ползание по гимнастической скамейке на животе. |  | П.И.  «Синицы и кот» | « Игровая – Делай, как я » |
| IV неделя | Занятия сюжетного типа «Цирк»  Цель :Закрепить умения в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по шнуру.  Упражнять в метании в горизонт. Совершенствовать технику бега. Воспитывать чувство товарищества. Развивать ловкость; смелость.  Глазырина « Физическое развитие» ( стр 218 -220) | | | Занятия игрового типа  Цель: Закрепить у детей умение лазать по гимнастической стенке; подлезание. Упражнять в беге, увертывании, прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать у детей творческие способности.  I П.И. «Найди свое место»  II «Ловля обезьян», «Кролики», «Лягушки и цапля»  III «Узнай по голосу». | | |

**Планирование занятий по физической культуре на январь месяц в старших группах**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей передаче мяча в парах различными способами, в прыжках на двух ногах через шнуры, в равновесии, перешагивая через набивные мячи. Развивать координационные способности. | I Ходьба и бег с заданиями  I ОРУ( см. конспект утренней гимнастики)  Мартынова ( стр73 -75) | 1.Прыжки через шнуры на двух ногах  2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи  3.Передача мяча в парах. |  | « Ноги от пола» | « Подкрадись неслышно» |
| II неделя | Тренировать детей поворотам на месте и в движении, ходьбе на лыжах скользящим шагом.  Воспитывать чувство взаимопомощи. | I Ходьба с лыжами.  II Упражнения на лыжах.  Глазырина занятие № 51 стр. 100 – 101. | 1 Ходьба на лыжах скользящим шагом (переменными)  2 Повороты на месте и в движении |  | Игра – соревнование  «Кто лучше» стр. 100 | Ходьба с лыжами по пересеченной местности |
| III неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге. Формировать навык перебрасывания мяча через сетку. Упражняться в пролезании в обруч и в сохранении равновесия. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с мячами.  Мартынова « Физическое развитие» ( стр75 -77) | 1 Перебрасывание мяча  через сетку с S – 3м. (8  2 Пролезание в обруч боком.  3 Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. |  | П.И.  « Веселый хоккей » | П.И.  «Тихо-громко» |
| IV неделя | Игровое занятие «Зимой на воздухе»  Цель: Ознакомить с играми на снеговой площадке.  Развивать двигательные способности скоростно-силовые, координационные.  Глазырина занятие № 53 стр. 103 – 104. | | | Сюжетные занятия «Машенька и медведь»  Цель: Закрепить умение детей в метании мешочка вдаль; сохранения равновесия при ходьбе по гимнастической скамейку. Развивать; внимание, дальнозоркость. Воспитывать смелость, ловкость.  См. конспект – тетрадь. | | |

**Планирование занятий по физической культуре на февраль месяц в старших группах**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Тренировать детей метанию мешочков от плеча в горизонтальную цель Упражнять в равновесии. Развивать глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с мешочками  (см конспект утренней гимнастики)  Е.А. Мартынова «Физическое развитие» стр77-79 | 1 Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель  2 Ходьба между кеглями с мешком на голове |  | «Мышеловка». | Игра «Добрые слова» |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | II | Задачи | Вводная часть | II | Форма организации | П.И. | Заключительная часть | | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно. Формировать навык метания мешочка в горизонтальную цель. Упражнять детей в равновесии. Развивать ловкость. Побуждать детей к взаимному взаимодействию со взрослыми. | I Ходьба и бег с заданиями. Дыхательное упражнение « Лечебные звуки»  II ОРУ ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие»  (стр37 -39) |  | « Удочка» | «Придумай фигуру» | | II неделя | Учить детей прыжкам через короткий шнур, боком.  Упражнять детей в равновесии. Развивать ловкость, смелость. | I Ходьба и бег с заданиями  II ОРУ с мячом.  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр38 -39) | 1 Перебрасывание мяча через сетку.  2 Прыжки в длину с места  Д – 60 см |  | « Ловишка, поймай мяч» | «Земля. воздух,  вода, огонь» | | III неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, с разворотом кругом и движением в противоположную сторону. Формировать у детей навык прыжков в высоту с разбега. Развивать глазомер Упражнять в равновесии. Развивать смелость. | I игра Ходьба и бег с заданиями  II ОРУ с обручем.  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр40 -42) | 1 Забрасывание мяча в кольцо»  2 Ходьба по ребристой доске.  3 Пролезание в обруч прямо и боком |  | « Перебрось мяч» | Игра малой подвижности « Угадай, кто позвал» | | IV неделя | Тематическое занятие «Затейники»  Цель: Учить детей придумывать движения, находить средства и способы выразительности, активно использовать приобретенные навыки в выполнении разных двигательных заданий. Побуждать к активному творческому самовыражению.  Шебеко. Ермак. «Физ празд. В д/с» стр. 38-39 | | | Игровые занятия  Закреплять умение детей лазать по гимнастической скамейке. Тренировать в беге с увертыванием. Развивать у детей координацию.  I Двое. Трое.  II «Пожарные на учениях» «Ловишка, ноги от пола»  III “Ловушка” | | |   II неделя | Закреплять умение лазать по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет. Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Воспитывать смелость. | I Ходьба и бег с заданиями.  II О.Р.У. с обручем  Е.А. Мартынова «Физическое развитие» стр79-81 | 1 Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет.  2 Прыжки на двух ногах из обруча в обруч |  | Эстафета с обручами  «С льдинки на льдинку» | Игра « Летает, не летает» |
| III неделя | Совершенствовать скользящий шаг на лыжах. Тренировать выполнению поворотов на лыжах вокруг себя. Воспитывать самостоятельность. | I Ходьба с лыжами, перешагивая через предметы.  Глазырина конспект  № 62 стр. 116 - 117 | 1Ходьба на лыжах скользящим шагом  2Поворот вокруг себя |  | Игровые задания « Не задень кеглю» | Ходьба с лыжами  между кеглями |
| IV неделя | Занятия игрового типа «Поиски клада»  Цель: Побуждать детей по схеме выполнять свои действия, преодолевая полосу препятствий.  Развивать скоростно-силовые, координационные способности.   1. Улитка 2. Прокати на санках 3. Снежки (метание) 4. Преодолей снежный вал (подлезание, перешагивание) 5. Найди | | | Тематические занятия «Айболит»  Ознакомить с оздоровительными упражнениями «Чтобы не болеть, а если заболел – излечи себя сам».  Формирование у детей мотивации здорового образа жизни.  Глазырина « 64 стр. 118 – 120. | | |

**Планирование занятий по физической культуре в старших группах на март месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Форма организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному с поворотами в другую сторону по сигналу. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Учить перебрасывать мяч друг другу. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями.  Дыхательные упражнения  «Волшебные звуки»  II ОРУ( см. комплекс утренней гимнастики  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» (стр81 -83) | 1 Ходьба по гимнастической скамейке боком с выполнения приседа на середине (2-3 р.)  2 Метание мешочка в горизонтальную цель (5-6 р.) |  | Эстафета с мячом | Ждем гостей |
| II неделя | Закреплять умение детей прыгать через шнур боком. Упражнять в метании мяча в цель. Развивать ловкость и глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями  Дыхательные упражнения  «Волшебные звуки»  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» (стр82 -83) | 1 Прыжки правым и левым боком через короткие шнуры  2 Игровое упражнение «Сбей кеглю мячом» |  | Эстафета с мамами  «Пролезь в тоннель» | Эстафета малой подвижности «Гонка мячей» |
| III неделя | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру с мешочком на голове. Тренировать детей в прыжках в высоту с разбега. Развивать ловкость, смелость. | 1 Ходьба и бег с заданиями.  Упражнение на дыхание  «затяжной выдох через рот»  II ОРУ с обручем.  Е. А. Мартынова «Физическое развитие» (стр83 -85) | 1 Прыжки в высоту с разбега н- 40см  2 Ходьба по гимнастическому шнуру боком приставными шагам с мешочком на голове. |  | «Хоккеисты» - эстафета с клюшками | «Угадай кто позвал» |
| IV неделя | Тематическое занятие «Затейники»  Цель: Учить детей придумывать движения, находить средства и способы выразительности, активно использовать приобретенные навыки в выполнении разных двигательных заданий. Побуждать к активному творческому самовыражению.  Шебеко. Ермак. «Физ празд. В д/с» стр. 38-39 | | | **Игровые занятия**  Закреплять умение детей лазать по гимнастической скамейке. Тренировать в беге с увертыванием. Развивать у детей координацию.  I Двое. Трое.( ходьба, бег с перестроениями)  II «Пожарные на учениях» (лазание по гимнастической стенке)  «Ловишка, ноги от пола»(бег с остановкой)  III “Ловушка” (выполнение различных заданий на внимание) | | |

**Планирование занятий по физической культуре в старших группах на апрель месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | . Упражнять детей в равновесии, в отбивании мяча об пол правой и левой рукой. Обогащать двигательный опыт детей, стимулировать инициативных действиях в различных видах упражнений | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр86 -87) | 1 Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая, через набивные мячи.  2 Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении |  | Игра - эстафета « Сороконожка» | « Гонка мячей» |
| II неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Упражнять в лазании по наклонной гимнастической лестнице, в пролезании в обруч ,прыжкам из обруча в обруч. Развивать внимание, глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с короткой скакалкой.  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр86 -87) | 1 Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, затем поочередно.  2 Лазание по гимнастической лесенке( наклонной)  3 Пролезание в обруч |  | « Медведь и пчелы» | « Кто ушел» |
| III неделя | Упражнять детей в умении перебрасывать мяч друг другу через сетку, различными способами, в перепрыгивании через шнур. . Тренировать в ползании по гимнастической скамейке на животе. Развивать у детей творческие способности. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» (стр88 -89) | 1 Перебрасывание мяча через сетку друг другу, из – за головы, от груди  2.Перепрыгивание через шнур Н – 20 см  3 Ползание по гимнастической скамейке на животе. |  | « Мяч кверху» | « Парк  аттракционов» |
| IV неделя | Тематическое занятие «Космонавты»  Развивать фантазию, четкость и выразительность действий, быстроту реакции в различных двигательных заданиях. Упражнять в метании в горизонт, цель, в подлезании под дугой.  Глазырина (методика) стр. 122 – 123. | | | Занятие игрового типа  Цель: Упражнять в равновесии, в ловле и передаче мяча, в подпрыгивании. Развивать координацию.  I Найди свое место  II Пожарные на учениях, Ловишка, поймай мяч. Удочка  III Сделай фигуру. | | |

**Планирование занятий по физическому развитию в старших группах н май месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в беге парами с заданиями. Закреплять умение в ходьбе по гимнастической скамейке с заданиями, подлезанию под шнур. Формировать навык перебрасывания набивного мяча в парах Развивать мышечную силу. | I Ходьба и бег парами , на сигнал, поворот в другую сторону. Ходьба между предметами.  II ОРУ без предметов ( см. комплекс утренней гимнастики )  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.89-91 | 1 Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую  2 Подлезание под шнур( н -40 -50 см)  3 Перебрасывание набивного мяча в парах ( снизу) |  | «Пожарные на учении» | Игра «Разверни круг» |
| II неделя | Обучать детей приемам забрасывания мяча в баскетбольное кольцо. Закреплять умение в перепрыгивании через шнур. Воспитывать чувства коллективизма и сопереживания. | I Ходьба и бег с заданиями. Дыхательное упражнение « Одуванчик»  II ОРУ с кубиками  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.90-91 | 1 Перепрыгивание через шнур.( н – 20 см)  2 Забрасывание мяча в кольцо -3м |  | Игра – эстафета  « Разложи и собери» с кубиками | Игра «Узнай по голосу» |
| III неделя | Тренировать детей в беге на скорость. Воспитывать выносливость. Закреплять умения прыгать через короткую скакалку. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по бревну.. | I Ходьба с заданиями. Бег с ускорением.  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр.92 -93 | 1 Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед  2 Ходьба по бревну |  | « Бездомный заяц» | Игра «Летает - не летает» |
| IV неделя | Прогулка в лес в лес  1 Способствовать усвоению умений и знаний детей о природе в сочетании с двигательной активностью.  2 Использовать естественные движения с целью повышения уровня физической подготовленности.   1. Воспитывать любовь к природе.   Глазырина № 99 стр. 177 – 179 | | | Занятия игрового типа  Пр. с: Учить детей быстроте и легкости ориентирования в двигательных ситуациях, стремлению найти способы воплощения двигательного замысла. Развивать ловкость.  I «Найди себе пару»  II Сделай как я (в парах)  Медведи и пчелы  III Узнай по описанию | | |

**ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ НА СЕНТЯБРЬ МЕСЯЦ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять в ходьбе и беге, соблюдение дистанции с четким фиксированием поворотов. Упражнять в пролезании в обруч, в сохранении равновесия при прыжках из обруча в обруч, в подбрасывании и ловле мяча. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями. Боковой галоп.  II ОРУ без предметов( см комплекс утренней гимнастики)  Е. А.М артынова « Физическое развитие» стр105 -107 | 1 Прыжки на двух ногах из обруча в обруч  2 Пролезание в обруч (способ сверху)  3 Подбрасывание и ловля мяча, двумя и одной руками |  | «Кто быстрей добежит до предмета» | « Длинный прыжок» |
| II неделя | Тренировать детей сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Совершенствовать навык передачи мяча в парах Развивать ловкость. | I Ходьба в чередовании с бегом и с различными заданиями. Перестроения в звенья.  II ОРУ с обручем  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр105 -109 | 1 Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом  2 Прыжки на двух ногах с продвижением вдоль скамейки  3 Работа в парах с набивным мячом (катание, перебрасывание) |  | « Школа мяча» | « Угадай по голосу» |
| III неделя | Упражнять детей в равновесии, при ходьбе по гимнастической скамейке, перешпгивая через предмет. Развивать силу толчка в подпрыгивании с разбега Воспитывать выносливость в беге с ускорением. | I Ходьба и бег с заданиями  Бег с ускорением  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр108 -109 | 1 Прыжки в высоту с места и с разбега до предмета  2 Ползание по гимнастической скамейке на животе  3 Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через гимнастическую палку |  | « Зайцы в огороде» | «Улитка» |
| IV неделя | Сюжетное занятие « Айболит»  См. конспект  Цель: Закрепить умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять в прыжках в высоту, пролезании в тоннель. Развивать смелость, ловкость. | | | Игровое занятие  I Найди свое место  II Пожарные на учениях, Ловишка, поймай мяч. Удочка  III Сделай фигуру.  Цель: Упражнять в равновесии, в ловле и передаче мяча, в подпрыгивании. Развивать координацию. | | |

**Планирование физкультурных занятий в подготовительных группах на октябрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу снизу, от груди, из-за головы. Формировать навык в пыжках в высоту с разбега. Упражнять детей в подлезании под дугой Развивать координацию. | I Ходьба и бег с заданиями. Дыхательные упражнения  II ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр110 -111 | 1 передача мяча друг другу ,во время ходьбы и бега  2 Прыжки в высоту с разбега (н-50см)  3 Подлезание под дугой |  | « Мяч  капитану» | « Пустое место» |
| II неделя | Тренировать детей лазать по гимнастической стенке. Упражнять в равновесии, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо | I Ходьба и бег с заданиями( обезьянки)  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр111 -112 | 1 Ходьба по гимнастической скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой  2 Лазание по гимнастический стенке.  3 Забрасывние мяча в баскетбольное кольцо двумя рукам, с ведением мяча. |  | « Веселые собачки» | « Дятел» |
| III неделя | Формировать навык броска в баскетбольное кольцо. Упражнять в равновесии в пыжках по гимнастической скамейке. Воспитывать смелость. Упражнять в лазании по гимнастической стенке. | I Ходьба и бег с заданиями( крабики, муравьишки. слоники)  II ОРУ с гантелями  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр113 -115 | 1 Прыжки по скамейке с продвижением вперед по скамейке, мяч над головой.  2 Лазание по гимнастической стенке  3 Забрасывние мяча в баскетбольное кольцо( из-за головы) |  | « Ловишка с лентами» | « Съедобные несъедобные» |
| IV неделя | Занятие сюжетного типа «Цирк»  Учить детей искать и выполнять образные средства выразительной передачи движений, развивать импровизационные способности. Развивать быстроту и легкость.  Шебеко стр. 30-31 | | | Игровое занятие  Цель: Закрепить умение метания в движущуюся цель. Упражнять в лазании по гимнастической стенке. Развивать ловкость.  I «Чье звено быстрее соберется»  II «Охотники и звери», «Медведь и пчелы».  III «Узнай по голосу». | | |

**Планирование физкультурных занятий в подготовительной группе на ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные  движения | | Форма  организации | Подвижные игры | Заключительная часть |
| 1 неделя | 1. Формировать умение вести мяч одной рукой с продвижением вперед;  2. закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по канату  3. тренировать в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед.  4. Развивать ловкость. | **1 часть**  Ходьба с заданиями .  Боковой галоп.  **2 часть**  ОРУ ( см комплекс утренней гимнастики) | 1.Ходьба по канату  ( прямо и боком)  2. Ведение мяча одной рукой  3.Прыжки с ноги на ногу | |  | Игра-эстафета  « Прокати мяч в тоннель» | « Цапли»  Ходьба по залу змейкой, по спирали, по диагонали |
| Мартынова «Физическое развитие» стр. 115- 117 | | | | |
| 2 неделя | 1. упражнять в равновесии при ходьбе по канату, перешагивая через набивные мячи, в прыжках через шнуры  2. Закреплять умение вести мяч одной рукой с заданиями (повороты вокруг себя)  3. совершенствовать чувство ритма. | **1 часть**  Ходьба и бег с заданиями  **2 часть**  ОРУ с кубиками | 1. Ходьба по канату, перешагивая через набивные мячи.  2. Прыжки через шнуры  3.Ведение мяча одной рукой с дополнительными заданиями | |  | « Футбол по- турецки» | Перестроение (круг, квадрат, линии, шахматном порядке)  «Внимательная обезьянка» |
| ; Мартынова «Физическое развитие» стр 117 | | | | |
| 3 неделя | 1. Тренировать детей в проползании под шнуром  2. Закреплять умение перепрыгивать через набивные мячи в чередовании с ходьбой  3. Упражнять детей в выполнении различных игровых действия с набивным мячом.  4. Развивать силу и ловкость. | **1 часть**.  Ходьба и бег с заданиями  **2 часть**  ОРУ набивным мячом или мешочком  (м-400гр) | 1.Игровые задания с набивным мячом  2. Прыжки через набивные мячи с места  3.Проползание под шнуром | |  | Эстафета –Передай мяч | Работа по схеме  « Человек»  «Внимательная обезьянка» |
| Мартынова «Физическое развитие» стр 119-120 | | | | |
| 4 неделя | **Тематическое занятие «Самые полезные прдукты»**  Цель: Дать представление о том какие продукты наиболее полезны и почему.  Прививать детям тягу к Здоровому Образу Жизни и сохранения здоровья  Безруких « разговор о здоровье и правильном питании»  ( тема № 2) | | | **Занятие игрового типа**  Цель: развивать выразительность и пластичность движений; закреплять передачу мяча при встречном движении; закреплять навык прыжков на двух ногах с продвижением; развивать ловкость  1 часть: п/и «Ритмическая эстафета»  2 часть: п/и «Подвижная цель» - метание; «Бездомный заяц» - прыжки  3 часть: п/и «Найди и промолчи» | | | |

**Планирование занятий по физической культуре в подготовительных группах на декабрь месяц**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Совершенствовать навыки передачи мяча в парах. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на животе змейкой. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями. Боковой галоп  II ОРУ(см. конспект утренней гимнастики)  Мартынова «Физическое развитие» стр121 -123 | 1 Передача мяча в парах разными способами.  2 Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове  3 Ползание змейкой между  кеглями |  | «Хоккеист»  игра- эстафета | «Птицелов» |
| II неделя | Упражнять детей в передаче мяча в парах различными способами, в прыжках через веревку на одной ноге Закрепить умение прыжков с продвижение вперед, зажав мяч между коленей.  Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве. | I Ходьба и бег с заданиями. Бег с изменением направления. Дыхательные упражнения.  II ОРУ с гимнастической палкой  Мартынова «Физическое развитие» стр121 -123 | 1 Передача мяча ногой в парах  2 бросок мяча об пол и ловля его после отскока двумя руками  3 Перепрыгивание на одной ноге через веревку с продвижением вперед. |  | «Пингвин с мячом» | Передача мяча над головой, между ног, сбоку, сзади,. |
| III неделя | Тренировать детей в передаче мяча через сетку в парах. Закреплять умение в лазании по гимнастической стенке, в прыжках на одной ноге из обруча в обруч. Развивать глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями. Дыхательные упражнения « Сдуй снежинку»  II ОРУ м гантельками( мешочками м-200гр)  Мартынова «Физическое развитие» стр121 -126 | 1 Бросок мяча через сетку в парах.  2 Лазание по гимнаст. стенке, перелезая с пролета на пролет  3 Прыжки на одной ноге из обруча в обруч |  | «Цветные льдинки» | «Подбери признаки» |
| IV неделя | Занятия игрового типа  Цель: Закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед.. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Воспитывать смелость. Развивать творческие способности.  Iч. П.И. « Двое – трое»  IIч. П.И. «Пингвин с мячом»  П.И. «Цветные льдинки»  IIIч П. И. « Передай мяч»  Мартынова «Физическое развитие» стр126  Глазырина стр. 78 | | | Занятие «Веселые санки»  Цель: Закрепить навык катания друг друга на санках. Ознакомить с правилами поведения при спуске с горки. Упражнять в катании с горки по двое. Воспитывать чувство товарищества.  Глазырина № 46- 47 стр. 93-95 | | |

**Планирование занятий по физической культуре в подготовительных группах на январь месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей ходьбе на лыжах скользящим шагом. Учить поворотам вокруг себя и вокруг предметов. Воспитывать смелость. Развивать координацию движений. | I Приставной шаг на лыжах. Пружинные присяды. Топающий шаг на месте и вокруг себя.  Фролов занятия №5-10 стр. 116-119 | 1 Ходьба скользящим шагом на лыжах.  2 Выполнение поворотов.  3 Обогни предмет. |  | «Слалом»  «Парный слалом» | Ходьба с лыжами по площадке |
| II неделя | Упражнять в прыжках через короткую скакалку. Упражнять в равновесии. Развивать глазомер. | I Ходьба и бег с заданиями.  II О. Р. У. со скакалкой, сложенной вчетверо.  Мартынова «Физическое развитие» ( стр.127 – 129 ) | 1 Прыжки через скакалку на месте на двух ногах  2 Ходьба по шнуру, прямо , боком, с разными положениями рук. |  | Подвижная цель. | « Узнай по голосу» |
| III неделя | Упражнять детей в метании в горизонтальную цель. Познакомить с выполнением гимнастического упражнения « уголок» на гимнастической лесенке. Развивать силу, ловкость | I Ходьба и бег с заданиями для рук с мячом  II О. Р. У. с мячом  Мартынова «Физическое развитие» ( стр.130 – 132 ) | 1 Метание мешочков в горизонтальную цель  2 Вис на гимнастической стенке, подъем прямых ног до прямого угла. |  | « Мяч соседу» | « Салют» |
| IV неделя | Игровое занятие «Зимние забавы»  Цель: Обучать выполнению игровых заданий катаясь с гор на санках. Готовить к соревновательной двигательной деятельности. Развивать творческие способности. Воспитывать целеустремленность  Глазырина конспект №57 стр. 109-110 | | | Тематические занятия «Айболит»  Ознакомить с оздоровительными упражнениями «Чтобы не болеть, а если заболел – излечи себя сам».  Формирование у детей мотивации здорового образа жизни.  Глазырина « 64 стр. 118 – 120 | | |

**Планирование занятий по физической культуре в подготовительных группах на февраль месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Формировать навык прыжка в высоту с разбега.  Упражнять детей в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке.  Воспитывать у детей смелость. Укреплять моторику пальцев ног. | I Ходьба и бег с заданиями. Игровое задание « Подпрыгни и достань до предмета»  II О,Р,У, с гимнастической палкой в паре ( см. комплекс утренней гимнастики)  Мартынова «Физическое развитие» ( стр.133-135) | 1 Прыжок в высоту с разбега(H – 50 см)  2 Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. |  | Игра-эстафета  «Поезд» | Игровое задание «Подними предмет пальцами ног» |
| II неделя | Развивать быстроту реакции и скорость передвижения на лыжах. Совершенствовать метание снежков правой и левой рукой вдаль. | I Ходьба с лыжами  II Упражнения на лыжах стр. 131  Глазырина конспект №66 стр. 122-123 | 1 Метание снежков вдаль  2 Упражнение на лыжах «Гармошка», «Поворот» |  | «Сороконожка» на лыжах | Ходьба с лыжами |
| III неделя | Формировать навык, сохранения правильной осанки. Упражнять детей в броске мяча через сетку в парах .Закреплять умение в лазании по гимнастической стенке. Воспитывать смелость. | I Ходьба и бег с заданиями  II О,Р,У, с кубиками  Мартынова «Физическое развитие» ( стр.134-138) | 1. Бросок мяча через сетку в парах. 2. Лазание по гимнастической стенке с заданиями |  | « Наездники» | « Тише едешь- дальше будешь» |
| IV неделя | Спортивный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества.  Цель: Поднять престиж службы в вооруженных силах Р. Ф .создать веселое и спортивное настроение у детей, через участие в спортивных играх – эстафетах. Воспитывать у детей морально – волевые качества.  (см. конспект.) | | | Тематические занятия «Айболит»  Ознакомить с оздоровительными упражнениями «Чтобы не болеть, а если заболел – излечи себя сам».  Формирование у детей мотивации здорового образа жизни.  Глазырина « 64 стр. 118 – 120 | | |

**Планирование занятий по физической культуре в подготовительных группах на март месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в различных видах ходьбы («гусиным шагом, «канатоходцы, «крабики». Упражнять в равновесии. Тренировать детей в бросание мяча в баскетбольное кольцо, Развивать ловкость, глазомер. | I ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ ( см конспект утренней гимнастики)  Е.А. Мартынова «Физическое Развитие»  (стр 139- 141) | 1. Ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на пояс. 2. Ведение мяча одной рукой, бросок мяча в кольцо с места |  | Игра – эстафета « пролезь в тоннель» | Игра малой подвижности  « Чистюля» |
| II неделя | Упражнять детей в прыжках через большой обруч. Формировать навык ведения мяча одной рукой продвигаясь вперед, забрасывая мяч в кольцо в прыжке. Воспитывать волю к победе, в достижении цели. Развивать ловкость. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с обручем  Е.А. Мартынова «Физическое Развитие»  (стр 139- 141) | 1 Прыжки через большой обруч (как через скакалку)  2 ведение баскетбольного мяча, бросок мяча в баскетбольное кольцо в прыжке вверх. |  | Игра – эстафета  « Не урони мяч» | «Кем мы будем мы не скажем, а вот действия покажем» |
| III неделя | Познакомить детей с понятием пантомима. Упражнять детей в равновесии. Тренировать в передаче мяча с отскоком о пол. Развивать ловкость. Воспитывать чувство товарищества | 1.Ходьба и бег с заданиями  2. О.Р. У. с мячом  Е.А. Мартынова  «Физическое Развитие»  ( стр 139- 141 ) | 1 Ползание на четвереньках, толкая мяч головой.  2.Перешагивание через набивные мячи.  3.Передача мяча с отскоком об пол. |  | «Невод и золотые рыбки» | Пантомима.  Изобрази как ходят маленькие дети, бабушки, мамы, дедушки. |
| IV неделя | Тематическое занятие «Туристы»  Пр. с: Формировать стремление к самостоятельному поиску способов и средств воплощения двигательного замысла, быстроту и легкость ориентировки в игровых ситуациях, быстроту двигательной реакции.  Шебеко, Ермак «физ. празд. В д/с» стр. 39-40 | | | Игровое занятие  Цель: Закрепить умение в лазании по гимнастической стенке, в метании в двигающуюся цель. Тренировать в беге с изображением птиц. Развивать внимание.  I «Совушка»  II «Медведь и пчелы», «Охотники им зайцы».  III «Найди и промолчи» | | |

**Планирование физкультурных занятий в подготовительных группах на апрель месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Упражнять детей в равновесии. Закреплять навык в перебрасывании мяча в парах, разными способами. Развивать двигательную самостоятельность и творческие способности. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ (см .комплекс утренней гимнастики)  Е.А. Мартынова «Физическое Развитие» (стр 145- 146) | 1 Ходьба по гимнастической скамейке, с подбрасыванием мяча вверх.  2 Перебрасывание мяча в парах (из – за головы, от груди) |  | «Бабка Ежка» | «Перебрось мяч» |
| II неделя | Обогащать опыт детей совместными двигательными действиями, способствовать развитию двигательной самостоятельности. Упражнять в равновесии. Закрепить умение прыгать через короткую скакалку. | I П.И. «Найди себе пару» (ходьба, бег подскоки)  II ОРУ со скакалкой  Е.А. Мартынова « Физическое Развитие» ( стр 146- 147 ) | 1 Ходьба по гимнастической скамейке с заданиями.  2 Прыжки через короткую скакалку на двух ногах. |  | «Вышибалы» | «Кем мы будем мы не скажем, а вот действия покажем» |
| III неделя | Совершенствовать перестроения из одной колонны в несколько. Упражнять в прыжках через короткую скакалку. Закреплять умение в перебрасывании мяча через волейбольную сетку. Развивать ловкость. | I Выполнение перестроений. Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ с гантелями  Е.А. Мартынова « Физическое Развитие» (стр 148-150) | 1 Прыжки через скакалку ,вперед, назад, на одной ноге ,стоя на месте и с продвижением.  2.Бросок мяча через волейбольную сетку в парах. |  | « Горелки» | « У Меланьи» |
| IV неделя | Тематическое занятие «Цирк»  Пр. С: Побуждать детей искать образные средства выразительной передачи движений, развивать импровизационные способности, быстроту и легкость ориентировки в новых ситуациях.  Шебеко, Ермак «Физ праздники в д/с» стр. 30-31 | | | Игровое занятие  Пр. с: Упражнять детей в равновесии при лазании по гимнастической стенке. Развивать меткость. Развивать у детей творческие способности.  I П.И. «Совушка»  II «Медведь и пчелы» (лазан.), «Охотники и зайцы» (метание).  III Скульптура | | |

**Планирование занятий по физической культуре в подготовительных группах на май месяц.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Задачи | Вводная часть | Основные движения | Формы организации | П.И. | Заключительная часть |
| I неделя | Закреплять у детей навык прыжка в длину с места. Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с заданиями  Развивать координацию движения. | I Ходьба и бег с заданиями.  II ОРУ без предметов  ( см. комплекс утренней гимнастики)  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр150 -152 | 1 Прыжки в длину с места до ориентира(1,8м)  2 Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча двумя руками. |  | П. И « Меткие стрелки» | «Выложи фигуру из счетных палочек» |
| II неделя | Упражнять детей в передаче мяча друг другу. Тренировать детей в метании мяча вдаль. Воспитывать чувство товарищества. | I Ходьба и бег с заданиями на сигнал стойка баскетболиста.  II ОРУ с гимнастической палкой  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр152 -153 | 1 Метание мешочка вдаль(м-200гр)  2 . Перебрасывание мяча в парах разными способами. |  | П.И. «Ловишка с мячом» Фомина (стр. 55) | Сделай фигуру в парах |
| III неделя | Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с заданиями. Закреплять умение в передаче мяча друг другу разными способами. Развивать ловкость. | I Бег и ходьба с заданиями.  II ОРУ с мячом  Е. А. Мартынова « Физическое развитие» стр153 -155 | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча двумя руками.  2. Перебрасывание мяча в парах разными способами. |  | « Веселые пчелы» | Спокойная ходьба с заданиями для рук. |
| IV неделя | Поход в лес  1 Развивать у детей общую выносливость. Выполнять общеразвивающие упражнения с определенной направленностью. Воспитывать любовь к природе.  Глазырина №99 стр. 177 , №104 стр. 186-188 | | | Занятия игрового типа  Закреплять навык в ловле и подбрасывании мяча, передача мяча друг другу. Упражнять в принятии стойки баскетболиста. Развивать ловкость, координацию.  1 «Мотоциклисты»  2 «Ловишка с мячом»  3 «Метко в кольцо»  4 Сделай фигуру. Глазырина №105 стр. 188 | | |

**3.7. Режим дня и распорядок**

Режим работы МБДОУ «Детский сад № 137»: 06:00-18.00.

Выходные дни: суббота, воскресенье, праздничные дни.

Режим деятельности детей (холодный период)

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Режимные моменты | 2 младшая гр. | Средняя гр. | Старшая гр. | Подгот. гр. |
| 1 | Прием, осмотр, игры, дежурства, индивидуальная, подгрупповая работа (в раннем возрасте - индивидуальный массаж) | 06:00-08:00 | 06:00-07:45 | 06:00-08:00 | 06:00-08:05 |
| 2 | Утренняя гимнастика | 08:00  (5-7 м.) | 07:45 (6-8 м.) | 08:00 (8-10 м) | 08:10 (8-12 м) |
| 3 | Подготовка к завтраку, завтрак | 08:10-08:40 | 08:15-08:40 | 08:20-08:40 | 08:30-08:50 |
| 4 | Игры, самостоятельная деятельность | 08:40-09:00 | 08:40-09:00 | 08:40-09:00 | 08:50-09:00 |
| 5 | Непосредственно образовательная деятельность | 09:00-09:13 | 09:00-09:20  09:30-09:50 | 09:00-09:20  09:30-09:55 | 09:00-09:30  09:40-10:10  10:20-10:50 |
| 6 | Второй завтрак | 10:10 | 10:10 | 10:10 | 10:20 |
| 7 | Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки | 10:00-11:30  (1 ч. 30 мин.) | 10:10-11:50  (1 ч. 30 мин.) | 10:20-12:00  (1 ч. 40 мин.) | 11:00-12:35  (1 ч. 35 мин.) |
| 8 | Подготовка к обеду, обед | 11:30-12:10 | 11:50-12:20 | 12:00-12:30 | 12:35-13:00 |
| 9 | Подготовка ко сну, сон | 12:10-15:00  (2 ч. 50 мин.) | 12:20-15:00  (2 ч. 40 мин.) | 12:30-15:00  (2 ч. 30 мин.) | 13:00-15:00  (2 ч.) |
| 10 | Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна, игры | 15:00-15:30 | 15:00-15:30 | 15:00-15:30 | 15:00-15:30 |
| 11 | Подготовка к полднику, полдник, самостоятельная деятельность, игры | 15:30-16:00 | 15:30-16:00 | 15:30-16:00 | 15:30-16:00 |
| 12 | Непосредственно образовательная деятельность | 16:00-16:13 | - | 16:00-16:25 | - |
| 13 | Подготовка к прогулке, прогулка | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:25-18:00  (1 ч. 35 мин.) | 16:00-18:00  (2 ч.) |
| Общее время прогулки | | *3 ч. 30 мин.* | *3 ч. 30 мин.* | *3 ч. 15 мин.* | *3 ч. 35 мин.* |

**Режим деятельности детей (теплый период)**

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 105 от 27.08.2014

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 137»

Е.Н. Конторщикова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.П.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Режимные моменты | 1 младшая гр. | 2 младшая гр. | Средняя гр. | Старшая гр. | Подготов. гр. |
| 1 | Прием, осмотр, игры, индивидуальная, подгрупповая работа с детьми | 06:00-06:30 | 06:00-07:00 | 06:00-07:00 | 06:00-07:00 | 06:00-07:00 |
| 2 | Утренняя прогулка, утренняя гимнастика на воздухе, возвращение с прогулки | 06:30-08:00  (4-5 мин.)  (1 ч. 30 м.) | 07:00-08:10  (5-6 мин.)  (1 ч. 10 м.) | 07:00-08:10  (6-8 мин.)  (1 ч. 10 м.) | 07:00-08:30  (8-10 мин.)  (1 ч. 30 м.) | 07:00-08:30  (10:12 м.)  (1 ч. 30 м.) |
| 3 | Подготовка к завтраку, завтрак | 08:00-08:30 | 08:10-08:50 | 08:20-08:50 | 08:30-09:00 | 08:30-09:00 |
| 4 | Игры, самостоятельная деятельность | 08:30-09:00 | 08:50-10:00 | 08:20-10:00 | 09:00-10:00 | 09:00-10:00 |
| 5 | Второй завтрак | 10:00 | 10:20 | 10:20 | 10:30 | 10:30 |
| 6 | Подготовка к прогулке, прогулка, развлечения и праздники на воздухе, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки, водные процедуры | 09:00-11:15  (2 ч. 15 м.) | 10:10-11:30  (1 ч. 20 м.) | 10:10-11:40  (1 ч. 30 м.) | 10:20-12:10  (1 ч. 40 мин.) | 10:20-12:20  (1 ч. 50 м.) |
| 7 | Подготовка к обеду, обед | 11:15-11:50 | 11:30-12:10 | 11:40-12:20 | 12:10-12:40 | 12:20-12:50 |
| 8 | Подготовка ко сну, сон | 11:50-15:00  (3 ч. 10 м.) | 12:10-15:00  (2 ч. 50 м.) | 12:20-15:00  (2 ч. 40 м.) | 12:40-15:00  (2 ч. 20 м.) | 12:50-15:00  (2 ч. 10 м.) |
| 9 | Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна | 15:00-15:30 | 15:00-15:30 | 15:00-15:30 | 15:00-15:40 | 15:00-15:40 |
| 10 | Подготовка к полднику, полдник, самостоятельная деятельность, игры | 15:30-16:00 | 15:30-16:00 | 15:30-16:00 | 15:40-16:00 | 15:40-16:00 |
| 11 | Подготовка к прогулке, прогулка | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:00-18:00  (2 ч.) | 16:00-18:00  (2 ч.) |
| *Общее время прогулки* | | *5 ч. 45 минут* | *4 ч. 30 минут* | *4 ч. 40 минут* | *5 ч. 10 минут* | *5 ч. 20 минут* |

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вид деятельности** | **Количество образовательных ситуаций и занятий в неделю** | | | |
| **2 младшая**  **группа** | **Средняя**  **группа** | **Старшая**  **группа** | **Подготовительная к школе**  **группа** |
| **Основные виды деятельности** | | | | | |
| **1** | **Двигательная деятельность** | | | | |
| 1.1 | Занятие физической  культурой | 3 | 2 | 2 | 2 |
| 1.2 | Занятие физической  культурой на открытом воздухе | - | - | 1 | 1 |

**Учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание | Возрастные группы | | | |
| Младшая группа  (3 - 4 года) | Средняя группа  (4 - 5 лет) | Старшая группа  (5 - 6 лет) | Подготовительная группа (6 - 7 лет) |
| Количество возрастных групп | 2 | 2 | 1 | 2 |
| Режим работы | 12 часов | | | |
| Начало учебного года | 01.09.2017 | | | |
| Каникулярное время | 01.01-10.01.2018 | | | |
| Во время каникул дети посещают ДОУ, НОД интеллектуального направления с детьми не проводится. Проводятся совместные мероприятия эстетического и оздоровительного направления – музыкальные, физкультурные, художественно-творческие. Организуются спортивные и подвижные игры, развлечения, увеличивается продолжительность прогулки. | | | |
| Летний оздоровительный период | 01.06 -31.08.2018 | | | |
| Продолжительность учебной нагрузки | 5 дней | | | |
| Объем недельной нагрузки | 3 | 3 | 3 | 3 |
| **Продолжительность НОД** | | | | |
| в 1-ю половину дня | 15 минут | 20 минут | 20-25  минут | 30 минут |
| во 2-ю половину дня | 15 минут | 20 минут | 25 минут | 30 минут |
| продолжительность перерыва между НОД | Проводится в 1-ю и 2-ю половину дня | 10 минут | 10 минут | 10 минут |
| Проведение НОД | * В групповом помещении; * В комнате психологической разгрузки; * В спортивном зале; * В летний период на воздухе | | * В групповом помещении; * В комнате психологической разгрузки; * В спортивном зале; * В летний период на воздухе | |
| Конец учебного года | 31.05.2016 | | | |
| Время проведения досугов | Физкультурный досуг – 1 раза в месяц | | | |
| **Диагностический период** | | | | |
| Сроки проведения педагогической диагностики | Первичная диагностика при поступлении воспитанников в ДОУ  Общая диагностика 10-25.05.2018 | | | |
| **Праздничные (нерабочие) дни** | В соответствии с производственным календарем  на 2017 – 2018 учебный год | | | |

**Модель физического воспитания**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы**  **организации** | **Младшая**  **группа** | **Средняя**  **группа** | **Старшая**  **группа** | **Подготовительная группа** |
| 1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности ДОУ | | | | |
| 1.1. Утренняя гимнастика | Ежедневно 5-6  минут | Ежедневно 6-8  минут | Ежедневно 8-10 минут | Ежедневно 10  минут |
| 1.2. Физкультминутки | Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут) | | | |
| 1.3. Игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно  6-10 минут | Ежедневно  10-15 минут | Ежедневно  15-20 минут | Ежедневно  20-30 минут |
| 1.4 Закаливающие  процедуры | Ежедневно после дневного сна | | | |
| 1.5 Дыхательная  гимнастика | Ежедневно после дневного сна | | | |
| **2. Физкультурные занятия** | | | | |
| 2.1 Физкультурные  занятия в спортивном зале | 3 раза в неделю по 15 минут | 3 раза в неделю по 20 минут | 2 раза в неделю по 25 минут | 2 раза в неделю по  30 минут |
| 2.3 Физкультурные  занятия на свежем воздухе | - | - | 1 раз в неделю  25 минут | 1 раз в неделю  30 минут |
| **3.Спортивный досуг** | | | | |
| 3.1 Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка) | | | |
| 3.2 Спортивные праздники | - | 1 раз в год | 2 раза в год | 2 раза в год |
| 3.3 Физкультурные  досуги и развлечения | 1 раз в месяц | | | |
| 3.4 Дни здоровья | 1 раз в квартал | | | |

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

В соответствии с «Положением о внутреннем распорядке воспитанников», «Положением о каникулах» образовательная деятельность в летний период не проводится. В период летних каникул проводятся музыкальные и физкультурные праздники и развлечения. Их планирование осуществляется воспитателями и музыкальным руководителем в соответствии и приблизительным перечнем календарных праздников и дат.

**3.8. Перспективы работы по совершенствованию и развитию**

**содержания Программы**

* + - 1. Пополнение спортивного инвентаря для физкультурного зала
      2. Обновление стены осанки
      3. Пополнение и замена устаревшего спортивного оборудования на спортивной площадке № 1.
      4. Закончить оформление физкультурной площадки № 2.