Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Конергино»

Рассмотрено Руководитель МО _____ Круглова Н.Г. Протокол №1 от 25.08.2021 г.	Согласовано зам.директора по УВР _____Малькова С.В. 25.08.2021 г.	Утверждено: директор МБОУ«ЦО с. Конергино» Б.В. Чагдуров _____ Приказ № 130-од от 25.08.2021 г.

Подписано цифровой подписью:
Чагдуров Баир Владимирович
Дата: 2021.08.25 17:17:17 +03'00'

Рабочая программа

по реализации основной образовательной программы дошкольного отделения МБОУ «ЦО с. Конергино»

по физическому развитию воспитанников.

Срок реализации 2021-2022 учебный год.

Разработала программу: Нешкарультына А.Б., воспитатель

1 квалификационной категории

2021 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

№		
I	**Целевой раздел. Введение.**	**4**
1.1.	Пояснительная записка	5
1.1.1	Цели и задачи реализации основной общеобразовательной программы	6
1.1.2	Принципы и подходы к формированию основной общеобразовательной программы	7
1.1.3	Значимые характеристики для разработки и реализации программы, в том числе характеристики особенностей развития детей (2-7 лет)	8
1.2	Планируемые результаты освоения воспитанниками части образовательной программы дошкольного образования	13
1.2.1	Срок реализации рабочей Программы	15
II	**Содержательный раздел**	
2.1	Общие положения	15
2.1.1.	Содержание работы с детьми по основным видам движений.	18
2.2.	Основные направления работы с детьми 2-7 лет.	33
2.2.1.	Методы, средства и приемы работы	35
2.3	Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми	37
2.4	Организация непосредственно-образовательной деятельности	38

2.5	Виды физкультурных занятий	41
2.6	Перспективное планирование	60
2.7	Учебно-тематический план	61
2.8	Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей Программы дошкольного отделения	62
2.9	Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьёй.	65
2.10	Целевые ориентиры как результат возможных достижений освоения детьми рабочей Программы	66
III	**Организационный раздел**	
3.1	Предметно-развивающая среда	67
3.2	Интеграция национально-регионального компонента в образовательный процесс.	67
3.3	Регламент, структура непосредственно образовательной деятельности	69
3.4	Материально-техническое обеспечение рабочей Программы	69
3.5.	Особенности организация развивающей предметно-пространственной среды	73
3.6.	Примерный перечень программ, технологий и пособий:	73
3.7	**Приложения**	
	Приложение 1 Взаимодействие ДО с семьёй	74
	Приложение 2. План мероприятий по работе с детьми и родителями	78

I. Целевой раздел. Введение.

Дошкольники – первая ступень в образовании. ФГОС ориентирован не только на поддержку «разнообразия детства», но и вариативности развивающих форм этой поддержки. ФГОС является стандартом качества ДО, качества полноценной творческой жизни детей в ДО.
Принятие Стандарта приведет к росту социального статуса детства. А это значит, что возрастёт социальный статус, прежде всего, самих детей, их семей, дошкольного учреждения, воспитателей - и по уровню профессиональной компетентности, и по финансовому уровню. Стандарт нацелен на создание конкретных условий для воспитания ребёнка и на обеспечение у него мотивации к обучению, познанию, творчеству.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребёнка, укрепление его здоровья и развития двигательной сферы.

Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребёнка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма. У ребёнка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты двигательные умения и навыки

К физической культуре ребёнок приобщается постоянно, она пронизывает все виды его деятельности и отдых.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений содействует всестороннему развитию всех органов и систем, и в первую очередь – двигательного аппарата, повышает возбудимость мышц, темп, силу; улучшает координацию движений, мышечный тонус и общую выносливость ребёнка.

Интенсивная двигательная деятельность детей влечёт за собой усиление сердечной деятельности, тренирует сердце, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процесса возбуждения и торможения в коре головного мозга. Через движение ребёнок познаёт окружающий мир, у него развивается ориентировка в пространстве, проявляются волевые усилия и яркие эмоциональные переживания.

Важно, чтобы полученные детьми двигательные умения и навыки во время разных видов занятий по физической культуре широко использовались в повседневной жизни.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье способствуют формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Необходимо на протяжении всего дошкольного детства поддерживать и развивать природную потребность ребёнка в разных играх и движениях, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная деятельность оказывает благоприятное воздействие на организм ребёнка, если она соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

-двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

-способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, -развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),
-формирование начальных представлений о некоторых видах спорта,
-овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1.1.Пояснительная записка.

Рабочая образовательная программа по физическому воспитанию детей от 2-7 лет разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:
Нормативно-правовой основой для разработки образовательной Программы являются:

- Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам –образовательным программам дошкольного образования».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным организациям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»,
- 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 РФ от 13 января 2014 г. № 8 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по образовательным программам дошкольного образования»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».
- Основная образовательная программа дошкольного отделения структурного подразделения МБОУ «ЦО с. Конергино (Приказ № 01-09-93-92 от 30.08.2017г)

Рабочая Программа разрабатывалась с учётом Основной образовательной программы дошкольного образования МБОУ «ЦО с. Конергино» на основе Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой в соответствии с ФГОС дошкольного образования.

Рабочая образовательная Программа по образовательной области «Физическое развитие», раздел «Физическая культура» (далее - Программа) – это нормативно-управленческий документ дошкольного учреждения, характеризующий специфику содержания образования по разделу «Физическая культуры», особенности организации физкультурно-оздоровительного процесса, характер оказываемых образовательных услуг.

Программа комплексная, предназначена для детей 2-7 лет, реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по направлению физического развития ребёнка. Она соответствует Федеральному Закону «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС дошкольного образования, «Основной образовательной программе МБОУ «ЦО с. Конергино».

Программа содержит определенный подбор физических упражнений и игр для детей 2-7 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

1.1.1. Цели и задачи реализации основной общеобразовательной программы

Основные цели и задачи. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

- разностороннее и гармоничное развитие ребёнка,
-обеспечение его полноценного здоровья,
-разнообразное развитие движений и физических качеств,
-формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний,
-подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи реализации рабочей Программы.

- Развивать основные физические качества (силу, гибкость, ловкость, выносливость, ориентировку в пространстве, равновесие) и умение рационально использовать их в различных условиях
- Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни (в закаливании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.).
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Совершенствовать функции организма детей, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям.
- Обеспечивать физическое и психическое благополучие.
- Приобщать детей к традициям чукотского народа посредством национальных подвижных игр.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей Программы.

Наряду с общепедагогическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и др.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств, методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.
- Принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Рабочая образовательная Программа:

- строится с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей.

1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации программы, в том числе характеристики особенностей развития детей (2-7 лет)

Рабочая образовательная программа по физическому развитию детей в МБОУ «ЦО села Конергино» обеспечивает разностороннее развитие детей 2-7 лет, с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Основными участниками реализации рабочей Программы являются дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Построение педагогического процесса осуществляется в соответствии с ФГОС дошкольного образования и «Концепцией дошкольного образования».

Педагогический процесс включает:

- непосредственно организованную деятельность;
- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов: самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования;
- обучение в увлекательной форме – игровой, на основе познавательно – творческой деятельности;
- ребенку предоставлена возможность развиваться в своем темпе в соответствии с индивидуальными потенциальными возможностями и способностями.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Первая младшая подгруппа(от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Вторая младшая подгруппа (от 3 до 4 лет)
Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
Средняя подгруппа(от 4 до 5 лет)
Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.
Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».
Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.
Старшая подгруппа(от 5 до 6 лет)
Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
Расширять представления о составляющих (важных компонентах)здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе подгруппа(от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.
Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.
Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Первая 10 младшая подгруппа(от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
Учить ползать, лазать. Разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, входе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Вторая младшая подгруппа(от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжину место.
Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя подгруппа(от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

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

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

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

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

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

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

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

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации
знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая подгруппа(от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.
Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.
Подготовительная к школе подгруппа(от 6 до 7 лет)
Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске.
Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка:
воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в

пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.
Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

1.2. Планируемые результаты освоения воспитанниками части образовательной программы дошкольного образования. Целевые ориентиры на этапе завершения части программы.

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Результатом дошкольного физкультурного воспитания должны стать - высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека, включающее в себя:

• эмоционально-положительное отношение детей к физическим упражнениям и играм, к закаливающим процедурам и действию оздоровительных сил природы, к правилам личной гигиены соблюдению режима дня;

• начальные знания, познавательные интересы и способности детей в области физической культуры;

• начальные навыки школы естественных движений общеразвивающего характера, основ музыкально-ритмической грамоты, правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве, участвовать в коллективных действиях (играх, танцах, праздниках) проявлять культуру поведения, самостоятельность, организованность и дисциплинированность;

• навыки самообслуживания и ухода за инвентарем для занятий.

Физическая культура – не только средство развития собственно физических качеств ребенка и укрепления его здоровья, но и важный компонент, и средство духовного, нравственного, эстетического воспитания дошкольника. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка, по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения, инновационные технологии – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

Журнал наблюдения и оценки развития детей от 2 до 7 лет. (мониторинг), автор Л.С.Вакуленко (дошкольная педагогика №10 ,2015г)
Группа
Время проведения:
Воспитатель:
Уровни показателей (баллы): 1 – начальная стадия, 2- в развитии 3- при умеренной поддержке, 4- самостоятельно, 5 – устойчиво.
От 3.8 – условно высокий уровень развития,
Значений от **2,3 до 3,7** можно считать показателями проблем в развитии ребенка (условно средний уровень).
Среднее значение менее **2,2** будут условно- низкие показатели развития
1.Демонстрирует координированные движения:

-умеет ходить и бегать «стайкой», за воспитателем
-прыгает на двух ногах на месте и с продвижением вперед
-умеет бросать и ловить мяч на малом расстоянии.
-ловит мяч двумя руками
-бегает и перепрыгивает, не теряя равновесия
-прыгает через скакалку (одним из способов).

2. Удерживает равновесие:
-стоит на одной ноге
-идет по узкой полосе
-проходит по низкому брусу.
-стоит и ходит на цыпочках, не теряя равновесия
-умеет делать поворот вокруг себя в медленном темпе.

3.Использует координированные движения:
-поднимается вверх и спускается вниз по лестнице, держась за перила, ставя по одной ноге на каждую ступеньку
- рисует точки, линии цветными мелками, карандашами, пальчиковыми красками.
-выполняет не сложные постройки из кубиков, соединяет крупные детали конструктора.
-проявляет способность координации глаз/рука
-застегивает молнии и пуговицы, завязывает шнурки
-режет по линии.

4.Соблюдает правило ежедневной гигиены, здорового образа жизни:
-самостоятельно ест с ложкой, пьет из чашки
- пользуется салфеткой, носовым платком.
-моет руки, когда нужно, по мере необходимости
-заботится о чистоте зубов, знает, что такое правильная пища
-регулярно упражняется в движении и отдыхе.

5. Знает части тела и их функции:
-знает важнейшие части тела и их функции
- охраняет части тела, органы
-может описать характер физической боли или неудобства, их места
-называет части тела (голова, руки, ноги, живот, шея, спина)

-может показать эти части тела.

6. Знает предметы, связанные с гигиеной
-знает свой шкафчик
- знает свою кроватку
-знает свое полотенце и пр.

1.2.1 Срок реализации Программы: 5 лет

II. Содержательный раздел.

2.1. Общие положения.

Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях.
1. Социально-коммуникативное развитие.
2. Познавательное развитие.
3. Речевое развитие.
4. Художественно - эстетическое развитие.
5. Физическое развитие.

Программа реализуется в формах, специфических для детей раннего и дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, в форме творческой активности, через создание условий для свободного выбора детьми деятельности, для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей.

В работе с детьми используются **педагогические технологии:**

Игровая технология - игра- одно из ценных новообразований дошкольного возраста. Играя, ребенок свободно и с удовольствием осваивает мир во всей ее полноте- со стороны смыслов и норм, учась понимать правила и творчески преобразовывая их. Игра создает благоприятный эмоциональный фон, способствует повышению мотивации для воспитательной и образовательной деятельности детей.
Технология развивающего обучения ребенок не просто воспроизводит полученную информацию, а сам исследует окружающий мир, ежедневно совершает открытия. У него развиваются психические качества – восприятие, мышление, воображение, память. Насыщенная предметно-пространственная среда способствует проявлению детской познавательной активности.
Проектно-исследовательская технология- стимулирует детей к исследованию и творчеству, воспитывает потребность изучать окружающий мир через исследовательскую деятельность.
Проектно-исследовательская технология способствует опыту создания собственного замысла и воплощению своих проектов.
Здоровьесберегающие технологии способствуют формированию у дошкольников представления о значимости физического и психического здоровья человека; воспитывают у детей культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья. Дошкольники учатся понимать смысл здорового образа жизни и её ценности и ценности жизни других людей.

Содержание психолого-педагогической работы в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях.

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 2–7 лет ведётся по образовательным областям: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».

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

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области "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.)

Задачи:

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

2.1.1 Содержание работы с детьми по основным видами движений.

Планирование видов движений для детей 2-3, 3-4 лет

I квартал

Цель: учить ходить и бегать, координируя движения рук и ног, не опуская головы; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках в длину; развивать глазомер, ловкость, умение действовать сообща в процессе выполнения физических упражнений; выполнять правила подвижных игр.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
«Стайкой», на носках	На месте с высоким подниманием бедра, в колонне по одному	В разных направлениях; вдвоём, держась за руки
Бег		
«Стайкой», врассыпную	На носках в колонне по одному	За предметами, вдвоём
Упражнения в равновесии		
Ходьба между линиями, шнурами	По доске (длина 2-3 м, ширина 20 см)	По наклонной доске, приподнятой на 20 см
Прыжки		
Вперёд, в стороны, назад (2-3 м), подскоки на месте	Из кружка в кружок	В длину с места (до 50 см)
Прокатывание мяча		
Двумя руками друг другу (1,6 м), скатывание мячей с горки	Под дуги (50-60 см)	Между предметами; по ограниченной поверхности (доска, скамейка)
Ползание		
На четвереньках по прямой (3-6 м)	«Змейкой» между 4-5 предметами	По наклонной доске
Построение		
Свободное	Врассыпную	В полукруг

II квартал (2-3, 3-4 года)

Цель: учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя при ходьбе, правильное положение туловища, головы при выполнении упражнений в равновесии; упражнять в ходьбе с перешагиванием, «змейкой», в ловле, бросании, прокатывании мяча; прививать навыки совместного действия в общем для всех темпе, выполнять правила подвижных игр.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
За ведущим по ориентирам	По кругу	«Змейкой»
Бег		
С остановками, с предметами в руках	Между предметами, по ограниченной площади	По прямой и «змейкой»
Упражнения в равновесии		
По доске с перешагиванием через предметы (10-15 см)	Через рейки лестницы, положенной на пол	Ходьба по ребристой доске
Прыжки		
Вверх до предмета	Вокруг предметов и между ними, спрыгивая на плоские низкие предметы (до 5-7 см)	Через линию, шнур, предмет (5см) на одной ноге вокруг себя.
Упражнения с мячом		
Ловля мяча, брошенного взрослым (с расстояния 70-100 см)	Бросание мяча вверх, друг другу	Отбивание мяча о пол, о стену.
Лазанье		
Под скамейку (прямо и боком), под верёвку (40-50 см)	Под дуги (40 см), не касаясь руками пола	Через скамейку
Построение		
В колонну по одному	В круг	По два (парами)

III квартал (2-3, 3-4 года)

Цель: учить, не пропускать перекладин во время лазанья, находить своё место при построении, выполнять движения по словесному указанию, ориентироваться в пространстве, упражнять в быстроте, развивать координацию движений, выполнять простые правила совместной игры.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С разным положением рук	С заданиями (приседание, остановка)	С остановками по сигналу и изменением направления
Бег		
С ускорением и замедлением	В медленном темпе, от водящего до убегающего	На скорость (15-20 м), с подскоками.
Упражнения в равновесии		
Бег по извилистой дорожке (0,25 – 0,3 на 5-6 м)	Ходьба по гимнастической скамейке	Медленное кружение в обе стороны
Прыжки		
Через линию поочерёдно	В глубину (20-25 см), спрыгивание (с высоты 10-15 см)	В высоту с места
Упражнения с мячом		
Метание предметов на дальность не менее 2,5 м правой и левой рукой	В вертикальную цель (1-1,5 м) двумя руками снизу, от груди, сверху	В горизонтальную цель (1,5-2 м) от плеча, снизу; вращение мяча на месте вокруг оси
Лазанье		
По лесенке-стремянке	В обручи и другие предметы	По гимнастической стенке (1,5 м)
Построение		
	Повороты	В 2-3 звена по ориентирам

Планирование видов движений для детей 4-5 лет
I квартал

Цель: развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; закреплять умения ходить и бегать, координируя движения рук и ног, следить за положением своего тела во время упражнений; учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений; учить бросать мяч и ловить его кистями рук (не прижимая к груди); формировать правильную осанку; приобщать к народным играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
На пятках, с изменением направления	На наружных сторонах стопы, с изменением темпа	С высоким подниманием бедра
Бег		
Между линиями (20-30 см)	Прямым галопом; медленно	«Змейкой» между предметами
Упражнения в равновесии		
Ходьба с перешагиванием через предметы (15-20 см); полуприседания пружинистыми движениями и полное приседание с выполнением движений руками (на кубе)	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз; на кольцах: достать кольца подбородком; гимнастическое упражнение на скамейке: «улитка»	Ходьба по наклонной доске без предметов (высота 35-40 см, ширина 30 см); на турнике: вис с попыткой подтягивания.
Прыжки		
На двух ногах с поворотом кругом; в приседе с продвижением вперёд	Со сменой ног; вверх с места касаясь предмета, подвешенного выше поднятых рук ребёнка	Ноги вместе – ноги врозь; через линию
Упражнения с мячом		
Прокатывание из разных исходных позиций одной и двумя руками	Катание из обруча между предметами (40-50 см)	Бросание вверх и ловля (3-4 раза подряд); бросание вверх и ловля после хлопка в ладоши.
Лазанье		
Ползание на четвереньках (10 м) между предметами; захват каната руками выше головы, коленями и стопами ног	Ползание на четвереньках, прокатывая мяч; провисание на стенке на двух руках, на левой и правой поочерёдно	Ползание на четвереньках с поворотом кругом; на канате: вис на руках с прогибанием назад туловища, головы и

		соединённых выпрямленных ног
Акробатические упражнения		
«Самолёт»	«Птичка»	«Корзинка»
Построение		
В колонну по одному по росту		Со сменой ведущего

II квартал (4-5 лет)

Цель: добиться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений; учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком, построениям, соблюдению дистанции во время продвижения, в прыжках с места сочетать отталкивание со взмахом рук, соблюдать и контролировать правила в подвижных играх.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С поворотом, со сменой направляющего	С заданиями (руки на поясе, к плечам, в сторону, за спину)	В полуприседе; на носках семенящим шагом
Бег		
С высоким подниманием колен	Со сменой ведущего и темпа	Челночный бег
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске с предметами в руках, на голове; на кольцах: подтягивание на руках с выпрямленным туловищем и соединёнными выпрямленными ногами	Приставным шагом по бревну, шнуру с мешочком на голове (высота 20-25 см), ширина 10 см); танцевальные движения на гимнастической скамейке: «пружинка», приседания, кружения	Ходьба по гимнастической скамейке; на турнбике: вис с выполнением различных упражнений ногами (развести ноги в стороны, одну ногу оставить вытянутой, а носок другой положить на колено)
Прыжки		

С продвижением вперёд (3-4 м) на одной ноге (правой и левой)	Боком вправо, влево; в длину с места (50-70 см)	С хлопком над головой, за спиной поочерёдно через 4-5 линий (расстояние 40-45 см)
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м)	Бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы; его ловля	Отбивание мяча одной и двумя руками (4-5 раз); отбивание мяча о пол и ловля его после хлопка в ладоши
Лазанье		
Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; ползание по-пластунски	Подлезание под препятствие прямо и боком; лазанье с опорой на стопы и ладони по доске	Пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание по-пластунски с «замиранием» в позе «рыбы», «сердитой кошки»
Акробатические упражнения		
«Ласточка» на одном колене»	«Корзинка»	«Улитка»
Построение		
	Перестроения в звенья на ходу	

III квартал (4-5 лет)

Цель: развивать ловкость, равновесие, точность и правильность выполнения упражнений; учить перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой; приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки; закреплять умения по ориентировке в пространстве; побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.

Март	**Апрель**	**Май**
Ходьба		

Мелким и широким шагом	Приставным шагом в сторону	В чередовании с прыжками; парами
Бег		
Мелким и широким шагом	Со старта из разных исходных позиций	На скорость (15-20 м, 2-3 раза); парами
Упражнения в равновесии		
Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола; гимнастическое упражнение на скамейке: «петушок»; на кольцах: подтягивание на руках с прогибанием туловища	Кружение в обе стороны; гимнастические упражнения на скамейке: выпад, «ласточка» на одном колене; на кольцах: уголок	Ходьба через набивные мячи; на диске «Здоровье»: стоя на диске, ритмические повороты вправо-влево и кругом с переходом на круговые вращения с помощью взмаха рук
Прыжки		
Вперёд-назад; в глубину (спрыгивание с высоты 25 см)	Через предметы (2-3, высота 5-10 см); перепрыгивание с места на ориентир	Вверх с места (высота 15-20 см)
Метание		
В горизонтальную цель (расстояние 2-2,5 м)	В вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 м)	Предмета на дальность (5-6,5 м)
Лазанье		
По гимнастической стенке (высота 2м); с опорой на стопы и ладони по наклонной доске	С одного пролёта на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом	По верёвочной лестнице приставным шагом
Акробатические упражнения		
		«Кошка выгнула спину»
Построение		
Повороты направо, налево и кругом на месте переступанием		Построение из колонны по одному в колонну по два в движении.

Планирование видов движения для детей 5-6 лет

I квартал

Цель: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех движений; учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка; развивать быстроту и общую выносливость, желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
Перекатом с пятки на носок	С задержкой на носке («петушиный шаг»)	С заданиями (с хлопками, различным положением рук)
Бег		
На носках («птица»; с остановками («собачка»)	Между предметами из разных И.п. (сидя, стоя на коленях)	С препятствиями
Упражнения в равновесии		
Ходьба через предметы (высота 20-25 см); гимнастические упражнения на скамейке: «улитка в домике»	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; на кольцах: «уголок»; на турнике: «кольцо».	Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, поворотом, различными движениями рук, остановкой; на кубе: кружение
Прыжки		
Через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см); прыжки попеременно на правой и левой ноге (4-5 м)	На предметы (высота 20 см); прыжки на двух ногах с высоким подниманием колен и продвижением вперёд («кенгуру»)	До предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки
Упражнения с мячом		
Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных И.п.	Прокатывание набивных мячей; перебрасывание из одной руки в другую	Бросание вверх, удар о пол и ловля двумя руками (10 раз

между предметами (ширина 30-40 см, длина 3-4 м)		подряд); одной рукой (4-6 раз подряд)
Лазанье		
Ползанием на четвереньках по скамье	Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна)	Передвижение вперёд с помощью рук и ног, сидя на скамье
Акробатические упражнения		
«Лебедь»	«Кольцо»	«Стрела»
Построение		
Из шеренги в колонну	В две колонны	

II квартал (5-6 лет)

Цель: формировать правильную осанку, умение выполнять движения осознанно, быстро, ловко, красиво; развивать чувство равновесия, полёта, способность легко владеть свои телом; учить отбивать мяч о стену, о пол в движении; совершенствовать ранее освоенные движения в играх-эстафетах; развивать умение анализировать, контролировать и оценивать движения свои и сверстников.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С закрытыми глазами (3-4 м)	Приставным шагом в правую и левую сторону	Приставным шагом с приседанием
Бег		
Приставным шагом в правую и левую сторону («боковой галоп»)	Бег прыжковым широким шагом («тигр и лев»)	Бег подскоками («обезьянки»)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске прямо и боком на носках; танцевальные упражнения на скамейке: приставной шаг с	Ходьба по шнуру прямо приставным шагом прямо и боком; на кольцах: переворот вперёд	Ходьба по скамейке, раскладывая и собирая предметы; на диске «Здоровье»: вращение по кругу в приседе

полуприседом, переменный шаг		
Прыжки		
В глубину (с куба высотой 30-40 см) в указанное место	Продвигаясь вперёд (5-6 м) с зажатым между ног предметом	На месте: ноги скрестно – ноги врозь; одна нога вперёд, другая назад
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, от груди)	Отбивание мяча на месте 10 раз подряд; в движении (5-6 м)	Отбивание мяча о стену и ловля его; отбивание мяча о стену и ловля его после хлопка в ладоши
Лазанье		
Подлезание под дуги, верёвки(40-50 см); упражнения на верёвочной лестнице («птичка на ветке»)	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа	Ползание по скамье, опираясь на колени и предплечья; упражнения на верёвочной лестнице («колечко»)
Акробатические упражнения	«Берёзка»	
Построение		
«Змейкой» без ориентиров	По диагонали	В два круга

III квартал (5-6 лет)

Цель: формировать у детей умение распределять и выполнять различные функции в играх с разными типами взаимодействия, подчиняться нормам справедливого распределения функций, взаимно контролировать действия в игре; учить сочетать замах с броском при метании; побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности; воспитывать справедливость, честность, дружелюбие, организованность.

Март	Апрель	Май
Ходьба		

С высоким подниманием колен, выпрямляя ногу вперёд	Наступая на всю ступню на месте, с продвижением вперёд, в кружении	С развёрнутыми носками ног во внешнюю сторону до прямой линии
Бег		
Челночный (3 по 10) в медленном темпе (1,5 – 2 мин)	В медленном темпе по пересечённой местности (350 м)	В быстром темпе (10м, 3-4 раза; 20-30 м, 2-3 раза)
Упражнения в равновесии		
Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом; гимнастическое упражнение на скамье: «улитка на замке»	Прыжки и бег на гимнастической скамье; на кольцах: «Петрушка»; на кубе: «ласточка» на одной ноге	Ходьба по гимнастической скамье, прокатывая перед собой мяч; кружение парами, держась за руки; на турнике: «улитка»
Прыжки		
В длину с места (80-90 см); прыжковый шаг с опорой на руки и стопы («лягушка»)	В высоту (30-40 см) с разбега (6-8 м); прыжки в длину с разбега 8м (130-150 см)	Через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся; через короткую скакалку вперёд-назад
Метание		
В горизонтальную цель (высота 2,2 м, расстояние 3,5 – 4 м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после отскока от пола	В вертикальную цель (3,5 – 4 м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши и отскока от пола	Вдаль (5-9 м)
Лазанье		
В обруч прямо и боком на канате; вис на руках с прогибанием туловища (ноги сгибаются в коленях, а носки тянутся к голове)	По верёвочной лестнице переменным шагом	По канату свободным способом
Акробатические упражнения		
	«Стульчик»	«Верблюд»
Построение		

Повороты направо, налево на месте	Повороты направо, налево в движении	

Планирование видов движений для детей 6-7 лет

I квартал

Цель: формировать у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности; воспитывать привычку сохранять правильную осанку; добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений; закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; развивать в играх, эстафетах быстроту, ловкость, выносливость; воспитывать привычку ухаживать за физкультурным инвентарём, готовить его к занятиям и играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
С различными движениями руками	Гимнастическим шагом	Скрестным шагом; четвёрками
Бег		
Сильно сгибая ноги в коленях; в спокойном темпе (до 2-3 м); в быстром темпе (10 м, 3-4 раза с перерывами)	Выбрасывая прямые ноги вперёд; из разных стартовых положений (сидя «по-турецки», лёжа)	Через препятствия: барьеры, набивные мячи (10-15 мс) не задевая их, сохраняя скорость бега
Упражнения в равновесии		
Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом боком с мешочком на спине; танцевальные движения на скамейке: галопом прямой и боковой; на кольцах: переворот вперёд и назад	Ходьба по скамье, приседая на одной ноге, а другая махом перенося вперёд сбоку; гимнастическое упражнение на скамейке: «корзинка»; на турнике: подтягивание на руках, сгибая их в локтях	Ходьба по узкой стороне скамейки прямо и боком; на кубе: ходьба по кубам, расположенным на расстоянии 10-30 см; на кольцах: «кольцо»; на турнике: «кольцо»
Прыжки		
На двух ногах на месте с поворотом кругом; через скамейку, опираясь на неё	Сериями по 30-40 прыжков (3-4 раза); через линию, верёвку, боком, с зажатым между ног мешочком	Продвигаясь на 5-6 м вперёд; смещая ноги вправо-влево

руками; через короткую скакалку разными способами		
Упражнения с мячом		
Перебрасывание набивных мячей (1 кг); мяча из одной руки в другую и ловля после отскока от пола	Бросание мяча вверх, отбивание о землю и ловля его не менее 20 раз подряд, одной рукой – 10 раз	Бросание мяча вверх, отбивание о землю и ловля его с хлопками, поворотами и другими заданиями
Лазанье		
По скамейке на животе и спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; гимнастическое упражнение на верёвочной лестнице: «улитка»	Под скамейкой, под несколькими снарядами подряд; на канате: уголок	Через гимнастическую стенку и спуск с её противоположной стороны
Акробатические упражнения		
«Улитка в домике», «Улитка на замке»	«Кольцо» (стоя)	Полушпагат
Построение		
В колонну по 1: одновременная остановка после ходьбы	В несколько колонн (звеньев)	Равнение в колонне, шеренге, круге

II квартал (6-7лет)

Цель: совершенствовать координацию движений, равновесие и ориентировку в пространстве; учить перелезанию по диагонали с пролёта на пролёт гимнастической стенки; закреплять умение анализировать движения (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей); учить чувствовать свои движения, направлять мысли на выполнение конкретного движения; воспитывать честность, дружелюбие, самостоятельность в процессе подвижных игр и выполнение упражнений.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
Приставным шагом вперёд, назад	В приседе, в кругу, в шеренге	Спиной вперёд
Бег		

Со скакалкой, с мячом по доске	Челночный бег (5по10)	Широким шагом через препятствия (высота 10-15 см)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по скамейке с остановкой посередине, чтобы перешагнуть палку (обруч) в руке; гимнастическое упражнение на скамейке: «верблюд»; на турнике: «улитка»	Ходьба по скамейке с приседанием и поворотом кругом; на диске «Здоровье»: вращение по кругу сидя, стоя; на кольцах: «лягушка»	Ходьба по скамейке, перепрыгивая через ленточки; балансирование на набивном мяче; на турнике: «улитка в домике»; подтягивание с выполнением уголка и других упражнений для ног
Прыжки		
Через 6-8 набивных мячей; с разведением прямых ног в стороны («Маугли»)	Вверх из глубокого приседа; с прогибанием туловища назад («космонавт»)	На месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки на 25-30 см
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), сидя «по-турецки», через сетку	Бросание мяча вверх и ловля его левой, правой рукой; ударение мяча о пол и ловля правой и левой рукой	Отбивание мяча правой и левой рукой поочерёдно на месте и в ходьбе; ведение мяча в разных направлениях
Лазанье		
С пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали; на канате: шпагат в висе на руках из положения «уголок»	В обруч разными способами; ползание с опорой рук («крокодил»)	На канате: влезать на доступную высоту; свободные упражнения
Акробатические упражнения		
«Спящий лебедь»	«Мостик»	«Аист»
Построение		
Из одной колонны в др. на ходу, из одного круга в др. на ходу	Повороты направо, налево	Из одной шеренги в две, рассчитываясь на «1-ый, 2-ой»

III квартал (6-7 лет)

Цель: развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в длину, высоту; развивать глазомер, используя разные виды метания; добиваться активного движения кисти руки при броске; воспитывать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость к достижению положительных результатов; поддерживать интерес к событиям физкультурной и спортивной жизни страны.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С выпадами; по кругу, делая концентрические круги один в другом	В сочетании с другими видами движений	Во встречном направлении: в одном кругу – по часовой стрелке, в другом - против
Бег		
Спиной вперёд, сохраняя правильное направление и равновесие; наперегонки	С ходьбой, прыжками, подлезанием, с преодолением препятствий в естественных условиях	На скорость (30 м), в среднем темпе, по пересеченной местности (300 м)
Упражнения в равновесии		
Гимнастические фигуры после кружения с закрытыми глазами; на скамейке: «мостик»; на турнике: «уголок» вверх ногами	Прыжки на скамейке: «стрела»; на кольцах: «солдатик»	Прыжки вперёд на двух ногах по наклонной поверхности; на кубе: стойка на одной ноге, закрыв глаза, на носках; на турнике: подтягивание несколько раз подряд
Прыжки		
С разбега в 3 шага на предметы (высота до 40 см), спрыгивание с них; через большой обруч, как через скакалку	В длину с места; в длину с разбега (не менее 180-190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см)	Через длинную скакалку: бег под вращающейся скакалкой, прыжки через неё с места, вбегание под вращающуюся скакалку, прыжки через неё несколько раз, бег под скакалкой парами

Упражнения с мячом		
Бросок мяча о стену, бросая из-за спины, из-за головы и ловля его; бросание в цель: стоя на коленях, сидя	Метание в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние 4-5 м) ударение мяча о стену, бросая его из-под ноги	Метание вдаль (расстояние не менее 6-12 м); в движущуюся цель
Лазанье		
По гимнастической стенке с выполнением заданий: снять предмет, повесить предмет; на верёвочной лестнице: шпагат	На лестницу, быстрый спуск, изменение темпа лазанья, используя перекрёстную и одновременную координацию движений рук и ног	На верёвочной лестнице: уголок; лазанье на скорость
Акробатические упражнения		
«Стрела» (стоя); «Стрела» (лёжа на боку)	«Ласточка»	«Замок» (стоя у стены)
Построение		
Повороты на углах во время движения	Размыкание в три колонны и смыкание приставными шаг.	

2.2. Основные направления работы с детьми 2-7 лет.
Основные направления работы с детьми 2-3, 3-4, 4-5 лет

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих **задач:**

Оздоровительные задачи:

- Сохранять и укреплять здоровье детей.
- Развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность.
- Формировать умение сохранять правильную осанку.
- Удовлетворять потребность детей в движении.

Образовательные задачи:
- Расширять и углублять представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями и играми.
- Знакомить детей с различными способами выполнения основных видов движений.
- Развивать пространственные ориентировки в статическом положении и в движении.
- Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движений.
- Создавать условия для проявления ребёнком ловкости, скорости и других физических качеств.

Воспитательные задачи:
- Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности.
- Развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- Воспитывать самостоятельность и учить проявлять активность в разных играх и упражнениях.

Основные направления работы с детьми 5-6 лет:

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих **задач**:

Оздоровительные задачи:
- Формировать правильную осанку и развивать все группы мышц.
- Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.
- Побуждать детей к самостоятельному использованию хорошо знакомых видов и способов закаливания дома и в детском саду.
- Совершенствовать системы функции организма.

Образовательные задачи:
- Формировать представления о своём теле, о необходимости сохранения своего здоровья.
- Увеличивать запасы двигательных навыков за счёт разучивания спортивных упражнений и игр с элементами спорта.
- Овладевать элементами техники основных видов движений.
- Расширять знания детей о многообразии физических и спортивных упражнений.

Воспитательные задачи:
- Развивать у детей интерес к разным видам двигательной деятельности (учебной, игровой, трудовой и т.д.).
- Повышать уровень произвольности действий детей.
- Развивать у детей настойчивость и выдержку при достижении цели, стремление к качественному выполнению движения.
- Развивать доброжелательные отношения со сверстниками в процессе совместной двигательной деятельности.

Основные направления работы с детьми 6-7 лет:

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих **задач:**

Оздоровительные задачи:

- Повышать тренированность организма, его устойчивость к воздействию различных неблагоприятных факторов.
- Развивать способность к удержанию статических поз и поддержанию правильного положения позвоночника.
- Обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры, тонких движений рук.
- Удовлетворять потребность детей в движении.
- Повышать уровень умственной и физической работоспособности.

Образовательные задачи:

- Расширять у детей представления и знания о разных видах физических упражнений спортивного характера.
- Побуждать детей к созданию различных вариантов упражнений и игр в самостоятельной двигательной деятельности.
- Формировать умения изменять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения, добиваясь выразительности двигательных действий.
- Использовать двигательный опыт, умения, навыки в различных условиях (в лесу, парке и за пределами дома и т.д.).
- Целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость).
- Развивать умения выбора способов выполнения движений, учитывая свои возможности, правильно оценивая свои силы и целесообразно применяя их в заданных условиях.
- Формировать умения и навыки наблюдать, анализировать движения и оценивать качество их выполнения.
- Развивать координацию движений, чувство равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу, гибкость.

Воспитательные задачи:

- Формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культурой.
- Воспитывать ответственное отношение к выполнению правил и различных заданий.
- Развивать у детей умение самостоятельно организовывать разные по степени подвижности игры и выполнять упражнения.
- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со своими сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

2.2.1. Методы и средства реализации Программы.

Традиционно в работе используем три группы методов:

- Наглядные методы, к которым относятся: имитация (подражание), демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников; использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, презентации и т.д.); использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.
- К словесным методам относятся названия упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и много другое.
- К практическим методам относится выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Средства физического воспитания:

- гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм);
- естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;
- физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников «Физическое развитие».

Совместная деятельность взрослого и детей		**Самостоятельная деятельность детей**	**Взаимодействие с семьей**
Образовательная деятельность (ОД)	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Методы и формы развития социально коммуникативных способностей детей			
Непосредственно образовательная деятельность по физическому воспитанию:	Индивидуальная работа воспитателя. Утренняя гимнастика:	Подражательные движения Игровые упражнения	Беседа. Консультация. Совместные игры.

-сюжетно-игровые; Тематические; -классические. Подвижная игра большой, малой подвижности. Сюжетный комплекс. Подражательный комплекс. Комплекс с предметами. Физкультурные минутки. Динамические паузы. Тематические физкультурные занятия. Игровые (подводящие упражнения)	-игровая Музыкально-ритмическая. Подражательные движения. Игровые (подводящие упражнения) Дидактические игры. *Прогулка* Подвижная игра большой, малой подвижности. Индивидуальная работа. Подражательные движения. *Вечер, вторая прогулка* Бодрящая гимнастика после дневного сна		Физкультурный досуг. Консультативные встречи. Интерактивное общение.

2.3.Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

1. Занятия по физической культуре всех типов:
   - утренняя гимнастика;
   - физкультминутки;
   - подвижные игры;
   - физкультурные занятия;
   - занятия на тренажёрах;
   - интегрированные занятия с другими видами деятельности;
   - праздники и развлечения;
   - кружки и секции.
2. Физкультурно-оздоровительные занятия (дни здоровья, корригирующие упражнения, индивидуальная работа, мониторинг).
3. Оздоровительная гимнастика для детей с нарушением осанки и плоскостопия.
4. Система эффективных закаливающих процедур:
   - воздушное закаливание;
   - хождение по «дорожкам здоровья» (закаливание, профилактика плоскостопия);

- хождение босиком;
- физкультурные занятия на свежем воздухе.

5. Использование оздоровительных технологий на занятиях:
   - дыхательная и звуковая гимнастика ;
   - упражнения на релаксацию;
   - хождение по «дорожке здоровья с солью», «по ребристой дорожке», «по массажным дорожкам» использование массажёров для ног, нетрадиционного оборудования (дорожки из камней, пуговиц, кружочков и т.п.);
   - использование информационно-коммуникационных технологий для чёткого показа упражнений.

2.4. Организация непосредственно образовательной деятельности с детьми (2-7 лет).

1) НОД по физическому развитию детей в возрасте 2-7 лет организуется 2 раза в неделю. Её длительность зависит от возраста детей и составляет:
   - для детей 2-3 лет – 10 минут;
   - для детей 3-4 лет – 15 минут;
   - для детей 4-5 лет – 20 минут;
   - для детей 5-6 лет – 25 минут;
   - для детей 6-7 лет – 30 минут,

из них, один раз в неделю для детей 4-7 лет организовывается НОД на воздухе (в зависимости от погодных условий, национальные виды спорта).

2) Самостоятельная двигательная деятельность 2-8 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) занимает в режиме не менее 3-4 часов.
3) Занятия по дополнительному образованию (кружки, секции) осуществляется 1 раз в неделю, с учётом возрастных особенностей ребёнка.

Двигательная активность детей

Формы работы	**Виды занятий**	**Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей.**			
		2 – 4 лет	**4-5 лет**	**5-6 лет**	**6 – 7 лет**

Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 10-20 мин	2 раза в неделю 20 - 25 мин	2 раза в неделю 25 –30 мин	2 раза в неделю 30 – 35 мин
	на улице	1 раз в неделю 10-20 мин	1 раз в неделю 20-25 мин	1 раз в неделю 25-30 мин	1 раз в неделю 30-35 мин
Физкультурно – оздоровительная работе в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10мин	Ежедневно 10-12 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 10-20мин	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 20-25 мин	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 25-30 мин	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 30-40 мин
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно зависимости от вида и содержания занятий 3-5 мин	ежедневно зависимости от вида и содержания занятий 3-5 мин	ежедневно зависимости от вида и содержания занятий 3-5 мин	ежедневно зависимости от вида и содержания занятий 3-5 мин
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц 40 мин

		20 мин	20 мин	30-45 мин	
	Физкультурный праздник	_	2раза в год до 45 мин	2раза в год до 60 мин	2раза в год до 60 мин
Самостоятельная двигательная активность	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Планирование образовательной деятельности с детьми (2-7 лет) при работе по пятидневной неделе

Организованная образовательная деятельность

Базовый вид деятельности	**Периодичность**
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю

Познавательное развитие	1 раз в неделю
Развитие речи	2 раза в неделю
Рисование	1 раз в неделю
Лепка	1 раз в неделю
Музыка	2 раза в неделю
ИТОГО	10 занятий в неделю

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

Утренняя гимнастика	Ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	Ежедневно
Гигиенические процедуры	Ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	Ежедневно
Чтение художественной литературы	Ежедневно
Прогулки	Ежедневно

Самостоятельная деятельность детей

Игра	Ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	Ежедневно

2.5. Виды физкультурных занятий.

- образно-игровые (для детей с 3 лет). Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений и на приобретение двигательных навыков.
- сюжетно-игровые (для детей с 3 лет). Учить детей ставить перед собой цель и достигать её, преодолевая различные проблемные ситуации, воспитывая в себе необходимые для этого психофизические качества.
- предметно-образные (для детей с 3 лет). Учить детей придавать снарядами предметам образ и игровой характер для того, чтобы разнообразить и обогащать двигательную активность на данном снаряде и с одним предметом.
- по сказкам (для детей с 3 лет). Через сказку или героя вводить детей в сказочный мир, развивая у них творчество, фантазию и воображение, учить преодолевать двигательные трудности, ориентироваться в проблемных ситуациях.
- в форме круговой тренировки (для детей с 4 лет). Развивать у детей моторную память, творческое мышление, ориентировку в пространстве, быстроту реакции, ловкость и самостоятельность в выполнении движений.
- в форме эстафет и соревнований (для детей с 5 лет). Развивать у детей физические и волевые качества. Учить преодолевать препятствия для достижения поставленной цели. Развивать стремление к победе и уверенность в своих силах.
- по интересам (для детей с 3 лет). Выявлять интерес детей к какому-либо виду спорта с учётом их возможностей для развития потребности в физических упражнениях; развивать и укреплять интерес и самостоятельность в организации индивидуальных и групповых игр и игровых упражнений.
- на свободное творчество (для детей с 5 лет, а для детей 3-4 лет в индивидуальном порядке). Выявлять и развивать творческие двигательные способности детей в каком-либо виде спорта. Вырабатывать умение преодолевать физические и психологические препятствия. Учить чувствовать движение, наслаждаться им и получать радость и удовлетворение от него.
- контрольное. Определить уровень физической подготовленности, состояние здоровья каждого ребёнка и группы в целом для осуществления индивидуального подхода. Выявить способности и интересы каждого ребёнка по его результативности для дальнейшего его развития.

2.6. Перспективное планирование

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по физическому развитию для детей 3-4 лет

Месяц	**I - неделя**	**II - неделя**	**III - неделя**	**IV - неделя**
СЕНТЯБРЬ				
ОКТЯБРЬ				

	1. Учить принимать правильное И.п. при броске большого мяча вдаль снизу двумя руками. Развивать у детей энергично отталкивать мяч руками. 2. Упражнять в умении передвигаться на ладонях и коленях по доске, положенной на пол. 3. Знакомить детей с правилами подвижной игры «Зайцы и волк». В полдпрыгивании на месте на двух ногах приучать приземляться на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю ступню.4. Приучать детей ходить по краям площадки.	1. Учить детей в прыжках с продвижением вперёд отталкиваться вперёд-вверх. Обращать внимание на одновременное отталкивание двумя ногами. Следить за правильным приземлением. 2. Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях по доске, положенной на пол. При ходьбе по скамейке развивать равновесие. 3. В подвижной игре «Воробышки и автомобиль» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать у детей умение реагировать на зрительный сигнал.	1. Закреплять умение принимать правильное И.п. при броске большого мяча вдаль. Развивать умение энергично отталкивать мяч руками. 2. Упражнять детей в ходьбе «змейкой» между предметами. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять 4 прыжка без остановки, прыгать легко, приземляться на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю ступню.	1. При прокатывании большого мяча двумя руками снизу закреплять умение принимать И.п. 2. Упражнять детей в ползании змейкой между предметами. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять 4 прыжка подряд, приземляться мягко.
НОЯБРЬ	1. При прокатывании мяча закреплять умение энергично его отталкивать. 2. Формировать у детей умение переходить от ходьбы к подлезанию. Закреплять умение ползать в прямом направлении. 3. Знакомить детей с построением по росту в колонну. 4. В подвижной игре «воробышки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи, отталкиваясь одновременно двумя ногами, и правильно приземляться на носки.	1. Закреплять умение детей строиться в колонну по росту. 2. Учить детей при прокатывании большого мяча придавать ему определённое направление, закреплять умение принимать И.п. при броске большого мяча. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять в выполнении прыжков с продвижением вперёд, закреплять умение отталкиваться двумя ногами и приземляться одновременно на две ноги.	1. При прокатывании большого мяча закреплять умение придавать ему определённое направление. 2. Знакомить детей с ходьбой боком приставным шагом по доске, положенной на пол. 3. В подвижной игре «Солнышко и дождик» закреплять умение бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга.	1. Учить детей подлезать на ладонях и коленях под шнур, закреплённый на высоте 50 см, не задевая его. Обратить внимание на положение головы в разные моменты подлезания. 2. Знакомить детей с ходьбой с высоким подниманием ног, следить за осанкой. 3. В подвижной игре «Куры в огороде» учить, легко спрыгивать, приземляясь одновременно на две ноги, полусогнутые в коленях, на носки.
ДЕКАБРЬ	1. Закреплять умение подлезать на ладонях и коленях под дугу.	1. Учить детей прокатывать большой мяч плавно, сочетая небольшой замах с отталкиванием.	1. Упражнять детей в умении сохранять равновесие, стоя на одной	1. Закреплять умение сохранять равновесие при перешагивании через гимнастические палки.

ЯНВАРЬ	2. Приучать детей в перепрыгивании через валик выполнять толчок вперёд-вверх. Привлечь внимание к силе толчка. 3. В подвижной игре «Самолёты» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, использовать для бега всю площадку.	2. Упражнять детей в умении подлезать на ладонях и коленях под шнур, натянутый на высоте 45 см. 3. В подвижной игре «Воробышки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи.	ноге, при перешагивании через гимнастические палки. 2. Упражнять детей в прокатывании большого мяча плавно, сочетая небольшой замах с броском. 3. В подвижной игре «Воробышки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание с гимнастической скамейки. 1. Знакомить детей с И.п. для ног при бросании малых предметов одной рукой снизу. 2. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение подлезать под дугу на ладонях и коленях в спокойной обстановке, в момент погони убегать, минуя препятствие.	2. Закреплять умение прокатывать большой мяч плавно, сочетая небольшой замах с броском. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» побуждать детей прыгать легко на двух полусогнутых ногах в разных направлениях. 1. Закреплять умение принимать правильное И.п. при метании мяча в зависимости от его размера. 2. В подвижной игре «Мой весёлый звонкий мяч» закреплять умение прыгать легко, ритмично.
ФЕВРАЛЬ **МАРТ**	1. Упражнять детей в пролезании через обруч на ладонях и коленях, не задевая его. 2. Обратить внимание на лёгкое приземление при спрыгивании со скамьи высотой 20 см. 3. Упражнять детей в перестроении из колонны в пары от обозначенного места. 4. В подвижной игре «Лохматый пёс» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, находя домик.	1. Закреплять умение пролезать на ладонях и коленях в обруч, не задевая его. 2. Упражнять детей в спрыгивании со скамейки, в умении приземляться легко на носки. 3. В подвижной игре «Лохматый пёс» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, находя домик.	1. Знакомить детей с подлезание под шнур на ступнях без опоры на руки. 2. Знакомить детей с подвижной игрой «Воробышки и кот», закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, упражнять детей в мягком приземлении при спрыгивании со скамьи высотой 15 см на две полусогнутые ноги на носки. 1. В отбивании большого мяча от пола показать связь силы толчка и	1. Упражнять детей в подлезании на ступнях без помощи рук. 2. В подвижной игре «Воробышки и кот» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, спрыгивать со скамьи высотой 15 см, приземляться мягко.

	1. Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков после отскока. 2. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по шнуру с приставлением пятки одной ноги к носку другой. 3. В подвижной игре «Лиса и гуси» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях без помощи рук в спокойной обстановке.	1. Упражнять детей в подлезании на ступнях без помощи рук в обруч среднего размера. 2. Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе по шнуру приставным шагом прямо. 3. В подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве.	высоты подпрыгивания мяча, упражнять в правильной ловле, захватывая мяч с боков. 2. В подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать врассыпную быстро, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу.	1. В отбивании большого мяча от пола предложить детям выпускать мяч с разной силой, отталкивая его перед собой (у носков ног). 2. В подвижной игре «Воробышки и кот» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, выполнять спрыгивание на две полусогнутые ноги на носки.
АПРЕЛЬ	1. Упражнять детей в метании малых предметов от плеча одной рукой. Закреплять умение принимать правильное И.п. 2. В подвижной игре «Наседка и цыплята» приучать детей подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 50 см, с ходу в удобном для ребёнка темпе.	1. Упражнять детей в метании мешочка от плеча, в умении менять И.п. для ног при броске правой и левой рукой. 2. В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 50 см, с ходу (темп увеличить).	1. Закреплять умение выполнять метание малого мяча одной рукой от плеча в круг, расположенный на стене. 2. Знакомить детей с правилами игры «Огуречик», закреплять умение действовать по сигналу, бегать легко и быстро	1. При спрыгивании с куба обращать внимание детей на приземление. Закреплять умение самостоятельно готовиться к прыжку. 2. Закреплять умение бросать мешочек в вертикальную цель одной рукой от плеча. Развивать глазомер. 3. В подвижной игре «Огуречик» закреплять умение действовать по сигналу, бегать легко и быстро.
МАЙ	Контрольное занятие: определение уровня физической подготовленности детей, выявление способностей и интересов каждого ребёнка для дальнейшего развития.	Игровое физкультурное занятие «Муха-цокотуха». 1. Закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперёд врассыпную, приземляясь на две ноги на переднюю часть стопы в естественных условиях. 2. Упражнять детей в умении бросать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой.	Физкультурное занятие по интересам: 1. Выявить каким снарядам отдают предпочтение дети. 2. Отметить разнообразие действий с мячом. 3. Оценить взаимодействие детей при выполнении физических упражнений.	Подвижные игры по интересам детей.

		3. В подвижной игре «Ловишка» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве.		

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по физическому развитию для детей 4-5 лет

Месяц	**I - неделя**	**II - неделя**	**III - неделя**	**IV - неделя**
СЕНТЯБРЬ				
ОКТЯБРЬ	1. Закреплять умение принимать правильное И.п. для ног, при прокатывании большого мяча двумя руками снизу; 2. Закреплять умение выполнять ползание на ладонях и коленях с ходу, не задевая шнур; 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков с продвижением вперёд на двух ногах.	1. Закреплять умение принимать правильное И.п. для ног при прокатывании малого мяча двумя руками снизу; 2. Приучать детей в прыжках с продвижением вперёд энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперёд-вверх. Следить за правильным приземлением. 3. В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.	1. Закреплять умение в прыжках с продвижением вперёд энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперёд-вверх, правильно приземляться. 2. Упражнять детей в умении выполнять подтягивание на руках, лёжа на животе на гимнастической скамейке. 3. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.	1. Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение. 2. Закреплять умение выполнять подтягивание на руках, лёжа на животе на гимнастической скамейке. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперёд, отталкиваясь двумя ногами. Приземляться легко, перекатом с носка на всю стопу в спокойной обстановке.
НОЯБРЬ	1. Закреплять умение принимать правильное И.П. при метании мешочка одной рукой снизу. Познакомить с фазами метания:	1. Упражнять детей в умении выполнять прицеливание, замах и бросок мешочка снизу одной рукой.	1. Упражнять детей в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстоянии до 10 м, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок.	1. Закреплять умение действовать по плану: прицелиться, замахнуться и бросить – при прокатывании маленького мяча снизу одной рукой.

	прицелиться, замахнуться, бросить. 2. Закреплять умение выполнять подлезание под шнур на ладонях и коленях с ходу. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» приучать детей пользоваться прыжками с продвижением вперёд на двух ногах в момент погони.	2. Закреплять умение правильно приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню в прыжках со скамьи, высотой 30 см, принимать правильное И.п. 3.В подвижной игре «Кролики» приучать детей пользоваться подлезанием на ладонях и коленях только при преодолении	2. Закреплять умение принимать правильное И.п. при спрыгивании с куба высотой 40 см, приземляться перекатом с носка на всю ступню. 3. В подвижной игре «Перелёт птиц» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку, ногу ставить на середину стопы.	2. Упражнять детей в умении приземляться мягко на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню при спрыгивании с куба высотой 40 см. 3. В подвижной игре «Перелёт птиц» (см. 3 неделю, ноябрь).
ДЕКАБРЬ	1. Закреплять умение отбивать мяч двумя руками о землю точно перед собой, ловить, захватывая мяч с боков; согласовывать движения рук и ног. 2. Знакомить со способом передвижения на ступнях и ладонях. 3. В подвижной игре «наседка и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи, приземляясь на две ноги перекатом с пятки на всю ступню, подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 60 см.	1. При подбрасывании, отбивании и ловле большого мяча развивать согласованные действия рук и ног; мяч вверх – ноги выпрямляются, мяч вниз – ноги сгибаются. 2. Упражнять в ползании на ступнях и ладонях по скамейке. 3. Учить выполнять бег из И.п., стоя спиной к направлению движения. 4. В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.	1. В прыжках через валики высотой 10 см закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счёт резкого выпрямления ног. 2. Развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лёжа на животе. 3. В подвижной игре « Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см, опускаться и подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек.	1. В прыжках через валики высотой 10 см закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счёт резкого выпрямления ног. 2. Развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лёжа на животе. 3. В подвижной игре «Котята и щенята» (см. 3 неделя, декабрь)
ЯНВАРЬ	1.Закреплять умение использовать взмах руками для увеличения силы толчка в прыжках в высоту с места. 2. Развивать ловкость и силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке, лёжа на животе. 3. Развивать функцию равновесия в ходьбе по шнуру а	1.Упражнять детей в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой. Обращать внимание на использование замаха для увеличения дальности броска. 2. Закреплять умение выполнять бег с ускорением, быстро переходить от метания к бегу.	1. В прыжках в длину с места закреплять умение приземляться на две ноги, полусогнутые в коленях, перекатом с пятки на всю стопу. Использовать взмах рук для увеличения силы толчка. 2. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и правильно ловить его.	1.Упражнять детей в умении приземляться одновременно на две полусогнутые ноги в прыжках в длину. Развивать согласованные действия руки ног при толчке и приземлении. 2. Упражнять в умении подбрасывать мяч перед собой и правильно ловить его, согласовывая движения рук и ног.

ФЕВРАЛЬ	Приставным шагом. 4. В подвижной игре «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в умении пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты препятствия. 1.Упражнять в перебрасывании и ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнёру по дугообразной траектории. 2. Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч. 3.В подтягивании на руках лёжа на скамейке побуждать детей за одно подтягивание продвинуть туловище как можно дальше (Кто сделает меньше перехватов). 4. В подвижной игре «Мяч через сетку» упражнять в использовании дугообразной траектории при перебрасывании мяча.	3. В подвижной игре «кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшее препятствие. 1.Закреплять умение бросать мешочек вдаль. 2. знакомить с переходом на соседний пролёт гимнастической стенки приставным шагом боком: переставить ногу, перехватить рукой, приставить ногу, а затем руку. 3. Упражнять в умении пользоваться подлезанием на ступнях без опоры на руки, на ладонях и коленях в зависимости от высоты препятствия. 4. В подвижной игре «Самолёты» закреплять умение бегать легко. Упражнять в умении строиться в круг, колонну.	3. В подвижной игре «Кто быстрее прибежит к флажку» закреплять умение быстро набирать и замедлять скорость. 1. Упражнять детей в умении при броске одной рукой снизу регулировать силу броска. Выполнять замах в зависимости от требований к дальности броска. 2. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности прыжка. 3. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, ориентироваться в пространстве.	3. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку» приучать детей выполнять подлезания быстро, не задевая препятствия. 1. Предложить детям определить, почему надо уметь подлезать по-разному; сказать, как они могут подлезать и не задевать препятствие; отметить на одинаковой ли высоте находятся красный и белый шнуры; ответить на вопрос: подлезая под какой шнур нужно прогнуться? 2. Упражнять детей в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч. 3. Знакомить с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге и на месте. Привлечь внимание к положению маховой ноги.

МАРТ	1. Предложить детям определить, почему надо уметь подлезать по-разному; сказать, как они могут подлезать и не задевать препятствие; отметить на одинаковой ли высоте находятся красный и белый шнуры; ответить на вопрос: подлезая под какой шнур нужно прогнуться. 2. Упражнять детей в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч. 3. Знакомить детей с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге и на месте. Привлечь внимание к положению маховой ноги.	1. Закреплять умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при спрыгивании с куба. Побуждать детей к оценке приземления. 2. Упражнять детей в умении придавать точное направление малому мячу при прокатывании его одной рукой снизу по дорожке шириной 40 см. 3. В подвижной игре «Мыши в кладовой» приучать детей выполнять подлезание на ступнях без помощи рук, на ступнях и ладонях в быстром темпе.	1. Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях в быстром темпе.. Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения. 2. При подбрасывании большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать точное направление, регулировать силу броска. Ловить мяч, захватывая его с боков. 3. В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч от пола, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал.	1.Упражнять детей в использовании взмаха рук для увеличения дальности полёта в прыжках в длину с продвижением вперёд. 2. Закреплять умение перебрасывать и ловить мяч в парах с отскоком от земли и без отскока, придавая точное направление и регулируя силу броска. 3. Развивать силу мышц рук при прокатывании набивных мячей.
АПРЕЛЬ	1. Упражнять детей в самостоятельном определении последовательности действий при выполнении перехода на высоте с одного пролёта на другой. 2. Упражнять в умении придавать мячу точное направление при броске горизонтальную цель. Согласовывать движения рук и ног при выполнении замаха двумя руками от груди. 3. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.	1. Закреплять умение сочетать точное направление с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания. 2. Упражнять в умении выполнять прыжки через скакалку, вращать скакалку кистями рук, согласовывать вращение скакалки с прыжком. 3. В подвижной игре « Перелёт птиц» закреплять умение подниматься и спускаться по гимнастической лестнице.	1. Упражнять детей в умении регулировать силу броска при попадании мяча в корзину с расстояния 2 м и 3 м. 2. Закреплять умение принимать правильное И.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. 3. Закреплять умение выполнять прыжки через скакалку. 4. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами подлезания в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке.	1. Знакомить детей с отбиванием мяча о пол. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. 2. Упражнять детей в выполнении прыжков в длину с места. Привлекать внимание к отталкиванию вперёд-вверх. 3. В подвижной игре «Пастух и стадо» упражнять детей в умении быстро подлезать с ходу, используя наиболее удобный способ в зависимости от высоты препятствия.

МАЙ	1. Закреплять умение при метании на дальность использовать дугообразную траекторию. 2. Закреплять умение перелезать через бревно с ходу быстро, упором руками смягчать прикосновение туловища с бревном. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение пользоваться прыжками с продвижением вперёд на двух ногах в тревожной ситуации.	1. Упражнять детей в перебрасывании и ловле большого мяча в парах. Закреплять умение согласовывать действия рук и ног, предложить детям самостоятельно назвать используемый способ. 2. Закреплять умение в прыжках в высоту с места, энергично отталкиваясь от пола, во время полёта сгибать ноги в коленях. 3. В подвижной игре «Медведь и пчёлы» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, поднимаясь повыше, спускаться вниз до конца в спокойной обстановке, не пропуская реек.	1. Провести диагностику выполнения детьми ходьбы. 2. Закреплять умение метать мяч одной рукой от плеча. Предложить детям использовать этот способ для попадания в щит. 3. Привлечь внимание детей к использованию чередующегося шага при лазанье по гимнастической стенке. 4. В подвижной игре «бездомный заяц» закреплять умение бегать врассыпную, прыгать на двух ногах легко, ориентироваться в пространстве.	1. Диагностика физической подготовленности детей.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по физическому развитию для детей 5-6 лет

Месяц	I - неделя	II - неделя	III - неделя	IV - неделя
СЕНТЯБРЬ				
ОКТЯБРЬ	1. Закреплять умение принимать правильное И.п. при выполнении прыжка в длину с места. 2. Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты. 3. В подвижной игре «Найди себе пару» развивать быстроту реакции на сигнал и умение ходить в парах врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.	1. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол. 2. В прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться и сочетать толчок со взмахом рук. 3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Мы – весёлые ребята».	1. Закреплять умение регулировать силу толчка при выполнении прыжков в длину с места с помощью рук. 2. Упражнять детей в умении сочетать движения рук и ног в подбрасывании и отбивании мяча. 3. В подвижной игре «Мы – весёлые ребята» Приучать детей действовать точно по сигналу. 4. В беседе обращать внимание на предупреждение нарушения осанки.	1. Закреплять умение бросать большой мяч от груди двумя руками. Знакомить с выполнением кругового замаха при метании. Упражнять детей в согласовании движений рук и ног при замахе и броске. 2. Упражнять детей в ползании на ладонях и коленях между шнурами. 3. В подвижной игре «мы – весёлые ребята» приучать детей без напоминания принимать правильное И.п. для бега.
НОЯБРЬ	1. В прыжках с доставанием до предмета научить детей определять место для толчка. 2. Упражнять детей в отбивании и ловле после отскока от пола большого мяча в парах. 3. В подвижной игре «Караси и щука» приучать детей выполнять подлезание с ходу, выбирая способы подлезания в зависимости от высоты.	1. Учить детей отбивать мяч от пола ладонью. 2. Закреплять умение передвигаться по наклонному скату различными способами. 3. В подвижной игре «Караси и щука» упражнять в выполнении быстрого подлезания на ступнях без рук на ладонях и коленях.	1. Закреплять приёмы ведения мяча на месте. Обратить внимание на регулирование силы отталкивания при отбивании. Развивать умение отбивать мяч в определённом ритме. 2. Упражнять детей в умении ползать различными способами: между кубиками на ладонях и коленях, по дорожке на ступнях и ладонях. 3. В подвижной игре «Ловишка» развивать умение увёртываться различными способами.	1. Упражнять детей в ведении мяча на месте. Обратить внимание на отбивание мяча сбоку. Предложить детям отбивать мяч правой и левой руками. 2. Закреплять последовательность выполнения прыжков в глубину, особое внимание обратить на приземление. 3. В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в быстром продвижении прыжками на двух ногах.
ДЕКАБРЬ	1. Учить детей изменять направление толчка при	1. Закреплять умение выполнять подтягивание на скамейке с	1. Упражнять детей в правильном захватывании рейки при лазанье.	1. Предложить детям самостоятельно выбрать

	спрыгивании с предмета. Предложить спрыгивать в плоский обруч, лежащий впереди, справа, слева. 2. Упражнять детей в умении быстро начинать бег из И.п. стоя, спиной к направлению движения. 3. Упражнять детей в выполнении энергичного замаха при метании вдаль одной рукой снизу. Обратить внимание на перенос центра тяжести с одной ноги на другую. 4. В подвижной игре «Парные перебежки» приучать детей быстро набирать скорость.	помощью рук развивать силу мышц рук. 2. Упражнять детей в регулировании силы отталкивания в зависимости от задания при спрыгивании. 3. Упражнять детей в правильном захватывании рейки при выполнении лазанья. 4. В подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в ускорении.	2. Упражнять детей в подтягивании на скамейке лёжа на животе с помощью рук. 3. Упражнять детей в подвижной игре «Перемени предмет» в умении выполнять ускорение.	физические упражнения для выполнения их после разминки.
ЯНВАРЬ		1. Закреплять у детей навыки ведения мяча правой и левой рукой. 2. Совершенствовать умение детей подтягиваться в положении лёжа, хватом скрестно на гимнастической скамейке. Продолжить работу по формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия. 3. В подвижной игре «Собери венок» воспитывать у детей чувство товарищества, взаимовыручки, поддерживать дух честного соревнования.	1. Знакомить детей с подготовительной фазой в прыжках в длину с места: подняться на носки, руки вверх, присесть, отвести руки назад. 2. Упражнять детей в умении вести мяч по прямой. 3. В подвижной игре «Чья команда быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в быстром подлезании. Способ подлезания дети выбирают самостоятельно. Отметить удачные действия детей.	1. Закреплять слитное выполнение всех элементов в прыжках в длину с места. 2. Формировать у детей представление о перекрёстной координации. 3. Знакомить детей с забрасыванием большого мяча в вертикальную цель от головы двумя руками.

ФЕВРАЛЬ	1. В упражнении с малым мячом развивать у детей умение перебрасывать мяч из руки в руку. 2. Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием предмета. 3. Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину. 4. Упражнять детей в беге с увёртыванием, мягком приземлении при спрыгивании в игре «Выше ноги от земли».	1. Знакомить детей с броском от головы двумя руками при метании большого мяча вдаль. 2. Приучать детей при перебрасывании мяча из рук в руки сочетать движения рук и ног. 3. В прыжках с места на предметы приучать детей подтягивать ноги к животу. 4. В подвижной игре «Кто скорее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении готовиться к бегу и выполнять ускорение.	1.Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой и приземляться на две ноги в прыжках в высоту с разбега. 2. Развивать у детей умение определять время броска при метании в движущуюся цель Упражнять в умении бросать снизу одной рукой. Закреплять умение правильно принимать нужное И.П. 3. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, используя перекрёстную координацию. 4. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять в умении передвигаться боком, спиной, увёртываясь от ловишки.	1. В прыжках в высоту с разбега приучать детей слитно выполнять разбег и толчок одной ногой. Упражнять детей в умении выбирать разные способы подлезания в зависимости от высоты препятствия. 3. Упражнять детей в умении выполнять бег из И.п. стоя спиной к направлению движения в игре «Два мороза». 4. Приучать детей регулировать скорость броска с учётом скорости движущегося объекта (забросить в кузов движущейся машины).
МАРТ	1. В прыжках в дину с разбега упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, а приземляться на две. 2. Упражнять детей в умении самостоятельно выполнять бросок в движущуюся цель: определять время, скорость, и направление броска. 3. Развивать быстроту реакции на сигнал и скорость бега в игре «Не оставайся на полу!»	1. Закреплять умение выполнять прыжки в длину с разбега. Побуждать отталкиваться вперёд-вверх. 2. Развивать умение сохранять равновесие, стоя на одной ноге с выполнением движения. 3. Знакомить детей с выполнением замаха из-за головы двумя руками при метании большого мяча вдаль.	1. Упражнять детей в правильном выполнении прыжка в длину с места. 2. Развивать умение балансировать при передвижение по шатающейся поверхности. 3. Знакомить детей с ползанием по-пластунски, обратить внимание на координацию движений рук и ног. 4. В подвижной игре «Мяч по кругу» упражнять детей в точном перебрасывании и ловле мяча.	1. Упражнять детей в правильном выполнении прыжка в высоту с разбега, обратить внимание на сохранение равновесия при приземлении. 2. Закреплять умение пользоваться перекрёстной координацией в ползании по-пластунски. 3. В подвижной игре «Мяч по кругу» развивать умение распределять внимание на движущихся объектах.
	1. Упражнять детей в энергичном выполнении толчка с	1. Учить детей сочетать вращение короткой скакалкой с прыжком.	1. В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в	1. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Мышеловка».

АПРЕЛЬ	использованием взмаха руками при запрыгивании. 2. Развивать у детей глазомер и регуляцию силы броска при сбивании маленьким предметом. 3. Приучать детей ползать по-пластунски для преодоления препятствий. 4. В подвижной игре « Пожарные на учениях» упражнять в быстром лазанье с использованием перекрёстной координации.	2. Развивать умение регулировать силу броска при сбивании предметов. 3. Упражнять детей в пролезании в обруч разными способами. 4. В подвижной игре «Волк во рву» уметь выбирать место и время для выполнения прыжка. Закреплять умение пользоваться прыжком в длину с разбега в игровой ситуации.	использовании амплитуды вперёд-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движения рук и ног. 2. В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание. 3. В подвижной игре «Волк во рву» упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега»	2. Разучить с детьми выполнение кругового замаха при метании вдаль малого предмета из-за плеча одной рукой. 3. Развивать у детей умение энергично отталкиваться при подпрыгивании на месте на двух ногах.
МАЙ	1. Упражнять детей в выполнении прыжков в высоту с разбега. 2. Закреплять умение выполнять круговой замах в метании мешочка вдаль. Закреплять умение принимать правильное И.п. 3. Развивать умение использовать перекрёстную координацию при лазанье на гимнастической стенке.	1. Упражнять детей в умении выполнять прыжок в длину с разбега. 2. Развивать силу мышц рук при бросании набивного мяча. Закреплять умение энергично отталкивать предмет. 3. Развивать умение пользоваться перекрёстной координацией при лазанье по шаткой опоре. 4. В подвижной игре «Охотники и утки» упражнять детей в попадании в движущуюся цель и развивать увёртливость в беге.	1. Упражнять детей в согласовании движений ног, рук и туловища в броске большого мяча из-за головы двумя руками. 2. Упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка в прыжках в длину с разбега. 3. В подвижной игре «Медведь и пчёлы» упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации.	1. Побуждать детей к энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места. 2. Развивать у детей умение выполнять бросок двумя руками в баскетбольное кольцо сходу, самостоятельно выбирать способ броска. 3. Развивать силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке. 4. Познакомить с правилами и содержанием подвижной игры «Хитрая лиса».

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по физическому развитию для детей 6-7лет

Месяц	I - неделя	II - неделя	III - неделя	IV - неделя
ОКТЯБРЬ	1. Предложить детям назвать правильное положение головы и туловища при ходьбе. 2. Упражнять детей в умении мягко приземляться на полусогнутые ноги в подпрыгивании на месте с разной силой отталкивания. 3. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой повыше и правильно ловить его. Сочетать движения рук и ног. 4. В подвижной игре «Медведь и пчёлы» упражнять в лазанье, не пропуская реек.	1. Развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе. 2. Упражнять детей в умении выполнять слитно прыжки при продвижении вперёд, регулировать силу отталкивания в соответствии с заданиями. Закреплять умение мягко приземляться 3. Развивать перекрёстную координацию в ползании. 4. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Перелёт птиц». Упражнять детей в умении выполнять лазанье, не пропуская реек.	1. Закреплять умение выполнять прыжок в длину с места. Привлечь внимание детей к выполнению замаха для увеличения дальности полёта. 2. Приучать детей самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия. Стремиться выполнить подлезание с ходу. 3. В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении принимать И. п. быстро набирать скорость бега.	1. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведение его по прямой. 2. Упражнять детей в правильной ловле и точном бросании большого мяча. Оценить согласованность действий рук и ног. 3. В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном выполнении замаха и отталкивания. 4. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Коршун и наседка».
НОЯБРЬ	1. Упражнять детей в умении сочетать ведение мяча и забрасывание его в баскетбольную корзину от головы двумя руками или от груди двумя руками. 2. Закреплять умение пролезать в обруч, выполняя последовательно цепь действий: перенести ногу через обруч на другую сторону, перенести центр тяжести на эту ногу.	1. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять движение на пределе своих возможностей. 2. Упражнять детей в умении вести мяч между предметами, меняя скорость движения при ведении мяча. 3. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания, быстро переходить от бега к	1. Развивать умение определять место отталкивания в прыжках в высоту с разбега. 2. Развивать умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действиях в паре. 3. В подвижной игре «Медведь и пчёлы» упражнять детей в лазанье с использованием перекрёстной координации в быстром	1. Закреплять умение в прыжках в высоту с разбега использовать разбег для увеличения силы толчка, выполнять слитно разбег и толчок. Оценить правильность положения туловища при приземлении. 2. Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и их роста.

	Формировать слитное выполнение всех движений. 3. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки. 4. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться спиной вперёд.	подлезанию.	темпе.	Приучать выполнять подлезания быстро с ходу. 3. В подвижной игре «Перебрось мяч через сетку» упражнять детей в умении бросать мяч с разной силой с учётом расстояния, выпускать мяч по дугообразной траектории
ДЕКАБРЬ	1. Упражнять детей в умении начинать бег из разных И. п. 9стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно). 2. Закреплять умение правильно выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямого разбега, добиваться слитности их выполнения 3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Охотники и звери».	1 .Упражнять детей в умении вести мяч правой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо. 2. Развивать способность сохранять равновесие на гимнастической скамейке, выполняя приседание и поворот на 90гр. 3. В прыжках через набивные мячи развивать силу отталкивания и выполнять прыжки слитно. 4. В подвижной игре «Охотники и звери» упражнять детей в умении прицельно выполнять метание.	1. Упражнять детей в умении выполнять круговой замах при метании вдаль мешочков, шишек. Обратить внимание, какой предмет летит дальше и почему. 2. Упражнять детей в энергичном отталкивании при спрыгивании, приучать регулировать силу[7] отталкивания с учётом расстояния, развивать умение сохранять равновесие при приземлении. 3. В подвижной игре «Ловля обезьян» упражнять детей в быстром лазанье по гимнастической стенке и верёвочной лестнице.	1. Развивать у детей силу отталкивания при бросании набивного мяча. Приучать выбрасывать предмет вперёд-вверх. 2. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять энергичный замах руками для увеличения силы толчка. 3. В подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в быстром беге, используя ускорение короткими шагами.

ЯНВАРЬ	1. Спортивные игры по желанию детей 2. Свободная двигательная деятельность.	1. Развивать у детей умение проводить знакомые общеразвивающие упражнения со сверстниками. 2. Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений. 3. Поручить организацию и проведение выбранной игры детям.	1.Уточнить с детьми выполнение броска от груди с замахом при метании вдаль набивного мяча. 1. В прыжках в длину с разбега закреплять отталкивание одной ногой, приземление одновременно на две. 2. Упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу под дуги и шнуры, выбирать способ подлезания с учётом их роста. 3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Два мороза». Развивать ловкость, увёртливость.	1. При метании набивного мяча вдаль побуждать детей к достижению хорошего результата, закреплять согласованность действий руками и ногами при метании. 2. В прыжках в длину с разбега привлекать внимание детей к отталкиванию вперёд- вверх, побуждать выпрыгивать вверх. 3. В подвижной игре «Чья команда быстрее построит дворец?» упражнять детей в умении бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга.
ФЕВРАЛЬ	1. Упражнять детей в бросании мяча партнёру на заданное расстояние и в определённом направлении. Закреплять правильную ловлю мяча с захватом с боков. 2. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить его двумя руками и одной.	1. Упражнять детей в перебрасывании и ловле большого мяча: уметь быстро реагировать на летящий мяч, выполнять дополнительные движения вперёд, в сторону, назад. 2. Оценивать правильность выполнения прыжков в	1. Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке).	1. Предложить детям самостоятельно выбрать предмет для метания (маленький мяч, деревянный шарик, теннисный мяч или мешочек при попадании в вертикальную цель

	Согласовывать движения рук и ног. 3. В подвижной игре «В чьей команде меньше мячей?» обратить внимание детей на преимущество бросков издали перед бегом с мячом к сетке.	высоту с разбега, количественные показатели. 3. В подвижной игре «В чьей команде меньше мячей?» проговорить возможные варианты для быстрого перебрасывания мяча.	2. Знакомить детей с выполнением кувырка вперёд. 3. В подвижной игре «кот и мыши» упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу разными способами с учётом высоты препятствия.	(большой мяч, подвешенный в сетке). 2. Закреплять умение выполнять кувырок вперёд, следить за выполнением плотной группировки. 3. В прыжках в высоту с разбега развивать умение преодолевать препятствие с ходу. 4. В подвижной игре «Мыши в кладовой» упражнять детей в умении последовательно пользоваться разными способами подлезания.
МАРТ	1. Упражнять детей в выполнении кувырка вперёд 2. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты. 3. Знакомить детей с одержанием и правилами игры «Ловишка с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.	1. Упражнять детей в выполнении группировки при запрыгивании на скамейку. Развивать умение сохранять равновесие при спрыгивании с поворотом на 180 и 90 гр. 2. Упражнять в быстром переходе к подлезанию разными способами. 3. В подвижной игре «Ловишка с мячом» закреплять умение готовиться к броску заранее, развивать	1. В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном, естественном выполнении И.п., замаха, толчка и приземления. 2. Развивать способность сохранять равновесие при приземлении. В перебрасывании и ловле мяча в парах развивать умение выпускать предмет по дугообразной траектории, ловить мяч, захватывая его с боков, следить за полётом мяча и	1. В прыжках в длину с места побуждать детей согласовывать движения ног, рук, туловища для увеличения силы толчка. 2. Упражнять детей в подтягивании на скамейке лёжа на животе. Оценить, при каком положении ног подтягиваться труднее. 3. В подвижной игре «Поменяйтесь местами» упражнять детей в точной передаче мяча, правильной его ловле. Учить

		прицельность при попадании в неподвижную цель.	развивать реакцию на летящий мяч. В подвижной игре «Перелёт птиц» упражнять детей в быстром влезании на гимнастическую стенку, используя перекрёстную координацию; выполнять запрыгивание на гимнастическую стенку, используя перекрёстную координацию.	распределять внимание на действия с мячом и бег.
АПРЕЛЬ	1. В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка. 2.В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели. 3.В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперёд, сохраняя равновесие и меняя скорость.	1. Закреплять умение выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели. Оценить правильность выполнения И.п. и броска. 2.Закреплять умение вести и забрасывать мяч в баскетбольное кольцо. 3.В подвижной игре «Кто быстрее доберётся через препятствия к флажку?» упражнять в умении выполнять подлезание с ходу и в быстром темпе.	1. Упражнять детей в ведении, передаче, ловле и забрасывании в баскетбольное кольцо большого мяча. Развивать согласованность действий партнёров. 2. В прыжках в длину с места отрабатывать умение отталкиваться вперёд-вверх. 3. В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении начинать бег быстро из разных И.п.: стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно, лёжа на животе.	1.Формировать у детей умение забрасывать большой мяч баскетбольное кольцо с хо сразу после передачи. 2. Предложить детям самостоятельно оценить дальность прыжка в длину места. 3. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку» развивать умение детс выбирать способ подлезания учётом их роста.

МАЙ	1.Диагностика уровня развития равновесия. Осмотр осанки. Осмотр стопы. 2.В задании «Попади в катящийся обруч» упражнять детей в умении прокатывать обруч в заданном направлении. Развивать умение метать в движущуюся цель.	1. Диагностика уровня развития бега (челночный бег 3х10, бег 30 м), метания 2 .Медицинское обследование уровня работоспособности сердечно-сосудистой системы 3. Диагностика уровня развития прыжков.	1. Диагностика уровня развития поднимания туловища из положения лёжа. 2. Экскурсия за пределы детского сада с преодолением естественных препятствий: упражнение на равновесие, перепрыгивание, подпрыгивание, метание.	1. Диагностика уровня развитие силы (сгибание и разгибание рук из положения – вис, лёжа); выносливости (бег 300 м) 2. Диагностика уровня развития гибкости.

2.7. Учебно-тематический план.

Месяц	**09**	**10**	**11**	**12**	**01**	**02**	**03**	**04**	**05**	**Всего**
Вид НОД	**4**	**9**	**9**	**7**	**7**	**8**	**6**	**9**	**3**	**62**
Вид СОД										
Физкультурные досуги	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
Спортивно-семейные досуги			**1**			**1**			**1**	**3**
Итого:										**77**

2.8. Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей образовательной Программы ДО.

Планируемые результаты освоения рабочей образовательной программы ДО конкретизируют требования Стандарта к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, с учётом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

2-3 года

- 2,5 года — подпрыгивает, одновременно отрывая от земли обе ноги, с поддержкой; перешагивает через несколько препятствий; нагибается за предметом.
- 3 года — поднимается вверх по лестнице в 10 ступеней высотой 12-15 см, поочередно ставя ноги на каждую ступеньку; подпрыгивает на обеих ногах без поддержки; стоит на одной ноге в течение 10с; уверенно бегает; может ездить на трехколесном велосипеде. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

- Имеет первичные представления о себе: знает свое имя, свой пол, имена членов своей семьи.
- Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (с удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику).

3-4 года

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.
- Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.
- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения).
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

4-5 лет

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходит па лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность,

грациозность, пластичность движений.

- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения).
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

5-6 лет

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
- Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
- Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

6-7лет

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.
- Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.
- При выполнении коллективных заданий опережает средний темп.
- Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.
- Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).
- Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную горизонтальную цель с расстояния А-5 м.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны.
- Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.
- Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

- Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Всегда следит за правильной осанкой.

- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека).
- Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
- Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремится правильно питаться.
- Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.
- Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

2.9. Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьёй.

Сотрудничество, кооперация с семьёй, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учёт в образовательной работе являются важнейшим принципом рабочей образовательной Программы.

- Анкетирование родителей с целью выявления знаний и умений в области ЗОЖ, организации питания и двигательной активности детей, выполнение режимных моментов в семье;
- Совместно со специалистами детской поликлиники изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени;
- Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребёнка и его психомоторного развития;
- Создание в ДОУ и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур);
- Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составление планов оздоровления детей;
- Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде ЗОЖ, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т.д.;
- Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ;
- Обучения родителей конкретным приёмам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);
- Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма;
- Создание семейных клубов по интересам: «Если хочешь быть здоров – закаляйся», «Красота и здоровье», «В поход – всей семьёй», «Папа, мама, я – спортивная семья» и т.п.
- Организация мероприятий по обмену опытом среди родителей (проведение фото-, видеоконкурсов на лучший спортивный уголок в семье, интересных спортивных и подвижных игр с участием детей и взрослых членов семьи, конкурсов, викторин и т.п.);
- Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе в средствах массовой информации, создание газет для родителей и т.п.

Для повышения качества работы ДОУ по физкультурно-оздоровительному направлению планируем продолжать реализовывать рабочую образовательную Программу по физическому развитию детей 2-8 лет, а также, перспективы дальнейшей работы коллектив ДОУ видит в продолжение планомерной систематически выстроенной работы.

2.10. Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;

стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

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;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики,

истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

III. Организационный раздел.

3.1. Предметно – развивающая среда

Предметно-развивающая среда ДО соответствует требованиям Стандарта и санитарно-эпидемиологическим требованиям и создаётся педагогом для развития индивидуальности каждого ребёнка с учётом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

Предметно-развивающая среда спортивного зала:

- содержательно-насыщенная – включает инвентарь, игровое и спортивное оборудование, которое позволяет обеспечивать игровую, познавательную, двигательную активность детей, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх, соревнованиях;
- трансформируемая – обеспечивает возможность изменений предметно-развивающей среды в зависимости от ситуации, меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;
- доступная – обеспечивает свободный доступ воспитанников к игрушкам, оборудованию, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- полифункциональная – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих: мягкие модули, маты, разнообразные мячи в разных видах детской активности;
- безопасная – всё оборудование соответствует требованиям по обеспечению надёжности и безопасности его использования (СанПин).

3.2. Интеграция национально-регионального компонента в образовательный процесс.

Одной из основных задач ФГОС дошкольного образования является охрана и укрепление физического здоровья детей, в том числе формирование ценностей здорового образа жизни, развитие физических качеств.

А одной из задач рабочей образовательной Программы по физическому развитию детей является - приобщение детей к традициям хакасского народа посредством национальных подвижных игр.

Наличие регионального компонента в Программе способствует воспитанию у дошкольников толерантности к представителям других национальностей и развитию чувства гордости за свою культуру.

Традиционные средства физического воспитания выполняют следующие функции:

- знакомство с окружающей средой («Четыре стихии», «Тайга – болото - озеро», «Собери ягоды»), где наряду с представлениями об окружающем мире дошкольники получают знания об основах безопасности жизни;
- освоение традиционных промыслов («Рыбаки и рыбки», «Волк и овцы», «Заячьи следы и т.д.), где дети получают знания о профессиях;
- передача накопленного опыта в физическом воспитании от старшего поколения к младшему («Перетягивание палки», «Косточки», «Борьба Кюрес»), где дошкольники знакомятся с традиционными ритуалами, народным колоритом;

- обеспечение необходимого объёма двигательной активности;
- формирование нравственного воспитания.

Принципы работы:

1) системность и непрерывность;
2) личностно-ориентированный гуманистический характер взаимодействия детей и взрослых;
3) свобода индивидуального личностного развития;
4) признание приоритета ценностей внутреннего мира ребёнка, опоры на позитивный внутренний потенциал развития ребёнка;
5) принцип регионализации (учёт специфики региона).

В образовательный процесс и планирование содержания программного материала по физическому развитию детей включаются разнообразные методы и формы организации детской деятельности - подвижные игры и самобытные физические упражнения, направленные на формирование двигательных умений и навыков. Например, при освоении бега различными способами проводится упражнение "Заячьи прыжки", "Броски палки на дальность; при обучении различным гимнастическим элементам - "Переправа", "Перетягивание палки", "Качалка" и др; в лыжной подготовке - "Скороходы – снегоступы».

В образовательном процессе работа по использованию подвижных игр, состязаний и самобытных физических упражнений начинается со старшего дошкольного возраста, поскольку для их выполнения необходимы определённые двигательные умения и навыки, характерные именно для этого возраста.

Народные игры, состязания в старшем дошкольном возрасте имеют свою психолого-педагогическую направленность. Они не только развивают жизненно необходимые физические качества и двигательные навыки, но и способствуют воспитанию решимости, смелости, находчивости, коллективизма, формируют представление о промысловой, хозяйственной деятельности в экстремальных природно-климатических условиях Республики Хакасия.

Приобщение детей к национальной культуре народов Хакасии содействует воспитанию человека-патриота, знающего и любящего свой родной край уважающего коренной народ, культуру и традиции, осознанию ребенком себя, как коренного жителя, наследника богатой истории и культуры Республики Хакасия, желающего внести свой вклад в его развитие.

Изучая традиции, жизнь и быт народа Республики Хакасия, дети усваивают нравственные правила и нормы поведения в обществе: гуманность человеческих взаимоотношений, толерантное, уважительное отношение к коренным жителям нашего региона, к природе родного края, к тому, что окружает ребенка и близко ему со дня рождения, учатся сохранять и приумножать богатство родной земли.

Культура народов Республики Хакасия является богатейшим материалом не только для введения ребенка в мир искусства, знакомства с традициями хакасского народа, духовно-нравственного воспитания, способности видеть красоту и гармонию, но и способствовать развитию таких психических процессов, как восприятие, образное мышление, воображение, эмоционально-положительное отношение к объектам эстетического содержания.

3.3. Регламент, структура непосредственно образовательной деятельности.

Рабочая Программа не предусматривает жёсткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя за

педагогом пространство гибкого планирования своей деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы.

НОД в образовательном процессе - 2 раза в неделю, для детей всех возрастов. Основные формы работы – занятия, совместная деятельность, развлечения, секция.

Продолжительность одного занятия:

- в группе детей 3-4 лет не должна превышать 15 мин,
- для детей 4-5 лет -20 мин,
- для детей 5-6 лет - 25 мин,
- а для детей 6-8 лет - 30 мин.

Структура физкультурного занятия состоит из трёх частей:

1) Подготовительная часть (разогревание организма и создание положительного эмоционального настроя).

2) Основная часть (физическая нагрузка, в которую входят упражнения на различные группы мышц):

- для коррекции нарушений осанки;
- для укрепления мышц плечевого пояса и рук;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для укрепления мышц спины;
- для укрепления мышц тазового дна;
- для увеличения подвижности позвоночника и суставов;

3) Заключительная часть - это дыхательные упражнения на релаксацию в сопровождения медленной музыки, ходьба, упражнения на дыхание, релаксация, простые покачивания и т.д.

3.4. Материально-техническое обеспечение рабочей Программы.

- Соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.
- Соответствие правилам пожарной безопасности.
- Средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей.
- Оснащённость спортивного зала всем необходимым оборудованием и инвентарём.

3.5. Особенности организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда ДО (далее – РППС) соответствует требованиям Стандарта и санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Развивающая предметно-пространственная среда в образовательном учреждении обеспечивает реализацию основной общеобразовательной программы, разработанную с учетом Программы. При проектировании РППС учитываются особенности своей образовательной деятельности, социокультурные, экономические и другие условия, требования используемых вариативных образовательных программ, возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников Организации, участников сетевого взаимодействия и пр.).

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

В соответствии со Стандартом возможны разные варианты создания РППС при условии учета целей и принципов Программы, возрастной и гендерной специфики для реализации основной образовательной программы.

В соответствии со Стандартом РППС ДО обеспечивает и гарантирует:

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

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

– построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;

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

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

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

– создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в Организации, для детей, принадлежащих к разным

национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

РППС обладает свойствами открытой системы и выполняет образовательную, воспитывающую, мотивирующую функции. Среда должна быть не только развивающей, но и развивающейся.

Предметно-пространственная среда ДО обеспечивает возможность реализации разных видов детской активности : игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, конструирования, восприятия произведений словесного, музыкального и изобразительного творчества, продуктивной деятельности и пр. в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

При проектировании пространства внутренних помещений Организации, прилегающих территорий, предназначенных для реализации Программы, наполнении их мебелью, средствами обучения, материалами и другими компонентами ДО руководствуется следующими принципами формирования среды.

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

Для выполнения этой задачи РППС является:

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

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

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

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

безопасной – все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасность их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности, а также правила безопасного пользования Интернетом.

При проектировании РППС учитывается целостность образовательного процесса в

Организации, в заданных Стандартом образовательных областях: социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической и физической.

Для обеспечения образовательной деятельности в *социально-коммуникативной области необходимо следующее*.

В групповых и других помещениях, предназначенных для образовательной деятельности детей (музыкально-спортивном зале), создаются условия для общения и совместной деятельности детей как со взрослыми, так и со сверстниками в разных групповых сочетаниях. Дети должны имеют возможность собираться для игр и занятий всей группой вместе, а также объединяться в малые группы в соответствии со своими интересами. На прилегающих территориях также выделены зоны для общения и совместной деятельности больших и малых групп детей из разных возрастных групп и взрослых, в том числе для использования методов проектирования как средств познавательно-исследовательской деятельности детей.

Дети должны имеют возможность безопасного беспрепятственного доступа к объектам инфраструктуры ДО, а также к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности.

Предметно-пространственная среда группы обеспечивает условия для физического и психического развития, охраны и укрепления здоровья.

Для этого в групповых и других помещениях достаточно пространства для свободного передвижения детей, а также выделены помещения или зоны для разных видов двигательной активности детей – бега, прыжков, лазания, метания и др.

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия для развития игровой и познавательно-исследовательской деятельности детей.

Для этого в групповых помещениях и на прилегающих территориях пространство организовано так, чтобы можно было играть в различные, в том числе сюжетно-ролевые игры. В групповых помещениях и на прилегающих территориях находится оборудование, игрушки и материалы для разнообразных сюжетно-ролевых и дидактических игр, в том числе предметы-заместители.

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия для познавательно-исследовательского развития детей (выделены зоны, оснащенные оборудованием и информационными ресурсами, приборами и материалами для разных видов познавательной деятельности детей – книжный уголок, библиотека, зимний сад, огород, живой уголок и др.).

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия для художественно-эстетического развития детей. Помещения и прилегающие территории оформлены с художественным вкусом; выделены зоны, оснащенные оборудованием и материалами для изобразительной, музыкальной, театрализованной деятельности детей.

Для организации РППС в семейных условиях родителям (законным представителям)

также рекомендуется ознакомиться с образовательной программой Организации, которую посещает ребенок, для соблюдения единства семейного и общественного воспитания. Знакомство с Программой будет способствовать конструктивному взаимодействию семьи в целях поддержки индивидуальности ребенка.

3.6. Учебно-методическое обеспечение рабочей Программы.

1. Конвенция о правах ребёнка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. – ООН, 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ (ред. От 31 декабря 2014г., с изм. от 2 мая 2015г.) «Об образовании в Российской Федерации» .
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
4. Распоряжение правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.

3.6. Примерный перечень программ, технологий и пособий:

- Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рожденияДо школы» под редакцией Н. Е. Вераксы,Т. С. Комаровой,М. А. Васильевой в соответствии с ФГОС;
- Э.Я. Степаненкова – Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учебн. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.
- Журналы - Инструктор по физической культуре.
- Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья»/авт.- сост. Е.Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2010.
- Электронные образовательные ресурсы, интернет-ресурсы.
- Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: из опыта работы / Авт.-сост. О.Н. Моргунова. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2010.

Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды,

сценарии занятий. – М.:5 за знания, 2009.

- Л.Д. Глазырина Физическая культура в подготовительной группе детского сада. М.: Владос, 2009.;
- Л.И. Пензулаева Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. М.: Владос, 2014.
- Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» средняя группа МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва,2014
- Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» старшая группа МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва,2014
- Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» подготовительная группа группа МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва,2014
- Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ.
- Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. Воронеж: Учитель, 2014.
- Вавилова Е.Н. Развитие основных движений детей 3-7 лет. Система работы. М.: Скрипторий 2003, 2008.;
- Интернет-ресурсы.

3.7. Приложения к рабочей Программе.

Этапы педагогического взаимодействия детского сада и семьи (в рамках эксперимента).

Взаимодействие ДО с семьёй – это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития гармоничного и здорового ребёнка. Взаимодействие детского сада и семьи в физическом воспитании ребёнка позволяет реализовывать принципы индивидуализации и преемственности, формировать и поддерживать положительную мотивацию у детей к занятиям физическими упражнениями, самостоятельной двигательной деятельности, двигательному творчеству.

В рамках эксперимента, планируем разработать и внедрять – этапы педагогического взаимодействия дошкольного отделения и семьи в физическом воспитании на базе дошкольного отделения МБОУ «ЦО с.Конергино» с целью формирования у родителей активной воспитательной позиции.

Задачи эксперимента:

1. Определить особенности сотрудничества ДО и семьи в физическом воспитании дошкольников в теории и практике.
2. Разработать структурную модель взаимодействия специалистов детского сада с родителями.
3. Разработать и экспериментально проверить организационно-педагогические условия и эффективные технологии сотрудничества детского сада и семьи в физическом воспитании.

Были определены следующие этапы педагогического взаимодействия детского сада и семьи.

I этап. Цель: изучить особенности каждой семьи и установить контакты с родителями воспитанников детского сада.

Задачи:

Первая задача. Изучить особенности семьи.

Для изучения особенностей каждой семьи мы использовали следующие критерии.

1. Социологическая характеристика семьи:

- количество родителей и детей в семье (полная, неполная, опекуны, многодетная, однодетная);
- образовательный уровень;
- социальный состав (служащие, интеллигенция, рабочие, неработающие, бизнесмены).

2. Жилищные условия семьи (хорошие, удовлетворительные, плохие).

3. Психолого-педагогическая компетентность родителей (на основе тестовых методик: «Какие мы родители?», «Понимаем ли мы своих детей?», мини-сочинения «Я - как родитель»).

Вторая задача. Выявить и изучить у родителей уровень знаний и умений в области физического воспитания детей в семье.

Родителям предлагается небольшое тестовое задание.

Уважаемые родители!

Оцените, пожалуйста, по пятибалльной системе Ваши знания и умения в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

Третья задача. Изучить удовлетворённость родителей работой детского сада и выявить образовательные потребности родителей.

Родителям будет предложена анкета.

1. Как Вы оцениваете организацию следующих направлений в детском саду?
   - соблюдение режима дня;
   - формирование культурно-гигиенических навыков;
   - закаливание детей;
   -организация двигательного режима (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры на прогулке, спортивные досуги и праздники).

Оценки: отлично, хорошо, удовлетворительно.

2. Какие моменты в процессе физического воспитания в условиях детского сада Вас не устраивают? Ваши предложения и замечания.

3. Какие трудности Вы испытываете при организации физического воспитания ребёнка в семье?

- Организация режима дня;
- Формирование культурно-гигиенических навыков;
- Осуществление закаливания ребёнка;
- Организация совместно с ребёнком двигательной деятельности.

4. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют?

5. В какой форме Вы хотите услышать ответы на Ваши вопросы?

- беседа;
- консультация;
- семинар-практикум;
- игровой тренинг вместе с детьми.

Четвёртая задача. Определить уровень включённости родителей в совместную работу с педагогами детского сада.

Воспитателями заполняется в течение года следующая таблица.

Группа	**Количество семей**	**Уровень участия родителей в мероприятиях детского сада.**		
		Высокий "участники"	**Средний** "заказчики"	**Низкий** "наблюдатели"
2-3 года				

Пятая задача. Выявить особенности физического воспитания ребёнка в семье.

Родителям будет предложена анкета.

Уважаемые родители, пожалуйста, подумайте и ответьте на следующие вопросы.

1. Укажите, как проявляется двигательная активность Вашего ребёнка:

- Утренняя гимнастика;
- подвижные игры;
- спортивные игры (элементы баскетбола, бадминтон)
- катание на санках, лыжах, коньках (зимой), катание на велосипеде, самокате (летом).

2. В какие подвижные игры любит играть Ваш ребёнок?

3. Как в домашних условиях ребёнок занимается физическими упражнениями?

- ✓ Охотно, с удовольствием;
- ✓ не охотно;
- ✓ не занимается.

4. Какими физическими упражнениями Вы занимаетесь совместно с ребёнком?

- Утренней гимнастикой;
- вместе играем в подвижные игры.

5. Кто в большей степени влияет на двигательную активность ребёнка в семье?

- Отец;
- мать;
- оба родителя;
- братья и сёстры;
- никто.
- Как часто Вы занимаетесь физическим воспитанием своего ребёнка?
- Систематически;
- выходные дни;
- не занимаюсь;
- затрудняюсь ответить.

7. Что мешает Вам активно заниматься физическим воспитанием своего ребёнка?

- Дефицит свободного времени;
- недостаток знаний и умений в области физического воспитания детей;
- 8. Беседуете ли Вы с ребёнком о пользе физическими упражнениями?
- Да;
- нет;
- иногда.

9. Какой физкультурный инвентарь и спортивное оборудование имеется для Вашего ребёнка в доме?

10. С каким инвентарём чаще всего занимается Ваш ребёнок?

11. Как Вы закаляете своего ребёнка дома?

- Облегчённая форма одежды на прогулке;
- хождение босиком;
- обливание ног прохладной водой;
- полоскание горла водой комнатной температуры;
- прогулка в любую погоду.

12. Что способствует формированию у Вашего ребёнка культурно-гигиенических навыков?

- Личный пример;
- беседы с ребёнком;
- объяснения.
- 13. Соблюдает ли Ваш ребёнок режим дня? Если не соблюдает, то почему?
- Да;
- не всегда;
- нет.
- Благодарим Вас за сотрудничество!

II этап. *Цель:* психолого-педагогическое просвещение родителей.

Задачи.

1. Осуществить психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам физического воспитания ребёнка в детском саду и семье.
2. Вовлечь родителей в совместную двигательную деятельность с детьми.
3. Помочь отдельным семьям в физическом воспитании ребёнка.
4. Пропагандировать интересный опыт физического воспитания ребёнка в семье.

Формы работы с родителями

Направления в работе	**Формы работы**	
Информационное	Дети раннего возраста	Дети старшего дошкольного возраста
	Индивидуальные	
	Беседы, консультации	Беседы, консультации
	Коллективные	
	Родительские собрания, конференции, семинары-практикумы, тренинги	
Совместное творчество родителей и детей	Наглядно-педагогическая информация	
	Рекламный стенд, тематические выставки, памятки-инструкции, буклеты, видеотека	Рекламный стенд, тематические выставки, памятки-инструкции, буклеты, видеотека, информационные корзины (листки)
	Совместные физкультурные занятия родителей и детей	
	Домашние задания	
	Кодекс взаимоотношений ДО и семьи. Фотоальбом «Мы дружим со спортом». Смотр-конкурс «Спортивное древо нашего рода». «копилка достижений ребёнка» «Информационные корзины»	Рукописная книга «Физическая культура в нашей семье». Сочиняем вместе сказку на тему «Физкультура и спорт». Изготовление поделок
	Совместные физкультурные праздники и развлечения.	

III этап. *Цель:* оценить эффективность работы детского сада с родителями.

Показатели эффективности.

1. Появление интереса у родителей к содержанию проводимых форм работы.
2. Увеличение количества вопросов к педагогам.
3. Возникновение дискуссий по инициативе самих родителей.
4. Ответы на вопросы одних родителей другим из опыта работы.
5. Размышления родителей об эффективности используемых методов физического воспитания.
6. Повышение активности родителей на родительских собраниях, конференциях.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ

НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Спортивное развлечение «Зимние забавы».	Январь	Спортивный зал	Воспитатель
2.	Праздник, посвященный дню защитника Отечества «Защитники Родины».	Февраль	Спортивный зал	
3.	«Папа, мама, я – спортивная семья».	Март	Спортивный зал	
4.	Спортивный национальный праздник «Кильвей».	Апрель	Спортивная площадка	
5.	Спортивный праздник, посвящённый Дню Победы.	Май	Спортивный зал	
6.	Беседа с родителями на тему: «Летний отдых всей семьёй» (презентация).	Июнь	Презентация в ДО	
7.	Консультация для родителей «Вместе весело шагать» (семейные походы).	Июль	Спортивная площадка	
8.	«Дворовые затеи» (подвижные игры для детей).	Август		
9.	«Физкультура дома» (рекомендации).	Сентябрь	Рекомендации в виде листовок Территория детского сада	
10.	Шпаргалки для родителей (игры по ориентированию на местности и для развития наблюдательности).	Октябрь		
11.	Консультация для родителей по теме «Ты и твоё здоровье» (для чтения родителям).	Ноябрь	Презентация в ДО	
12.	Игры-эстафеты, соревнования для всей семьи «Спорт и я».	Декабрь	Спортивный зал	