Государственное бюджетное образовательное учреждение детский сад №8 Колпинского района Санкт-Петербурга

Принята
Решением педагогического
Совета
Протокол №1
«31» августа 2022

«Утверждаю»
Заведующий ГБДОУ д/с №8
_____
Цветкова В.И.
Приказ №114 от 31.08.2022

КОПИЯ ДОКУМЕНТА ЗАВЕРЕНА ЦИФРОВОЙ ПОДПИСЬЮ
актуальные отпечатки сертификатов ЭЦП
размещены в подразделе «Документы» раздела
«Сведения об образовательной организации»
официального интернет-сайта
ГБДОУ детский сад № 8 Колпинского района СПб

Рабочая программа Инструктора по физической культуре
На 2022-2023 учебный год.

составитель:
Егорова А.В.

2022 год

Содержание

I. Целевой раздел 3

1. Пояснительная записка 3
2. перечень нормативных документов, на основании которых инструктор осуществляет свою деятельность 4
3. Цель программы 4
4. задачи программы 4
5. Принципы и подходы к формированию Программы 5
6. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями 5
7. Характеристика физического развития детей 2-3 лет 6
8. Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет 7

9. Содержание психолого-педагогической работы 10
10. Планируемые результаты освоения программы 13

II. Содержательный раздел 15

1. Система физкультурно-оздоровительной работы 15
2. Проектирование образовательного процесса по физическому развитию 16
3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни 16
4. Физическая культура 20
5. Методы и приемы обучения 26

III. Организационный раздел 27

1. Структура реализации образовательного процесса 27
2. Образовательная нагрузка 34
3. Материально-техническое обеспечение программы 34

Приложения 37

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре (далее Программа) составлена для реализации Основной образовательной программы ГБДОУ Детский сад №8 Колпинского района Санкт-Петербурга (далее ДОУ) в образовательной области «Физическое развитие».

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

«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.)» (См. пункт 2.6. ФГОС ДО)

2. Перечень нормативных документов, на основании которых инструктор осуществляет свою деятельность

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 « Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

3. Цель Программы

Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

4. Задачи Программы

- 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.

5. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными ФГОС ДО:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики)
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала)
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников
- принцип 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 организованной 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
- составлена с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

6. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию одновременно решаются задачи других образовательных областей:

1. «Социально-коммуникативное развитие»: создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

2. «Познавательное развитие»: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

3. «Речевое развитие»: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.

4. «Художественно-эстетическое развитие»: привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; игр и упражнений под музыку; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

7.Характеристика физического развития детей 2-3лет

Это важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются.

Однако опорно-двигательный аппарат развит еще сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито.

Ребенок еще не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Физическое развитие детей двухлетнего возраста ярко выражено по сравнению с первым годом его жизни:

может уверенно не только ходить, но и бегать, и прыгать, и маршировать;

без поддержки взрослых преодолевает препятствия, высотой от 15 до 20 см, спускаться и поднимаются по лестнице;

может ударить по мячу ногой или рукой;

Бег детей 2—3 лет похож на ускоренную ходьбу. Характерный для бега «полет» появляется спустя год после первых самостоятельных шагов.

Для 2,5—3-летнего ребенка бег более привычное движение, чем ходьба, дети охотнее бегают, чем ходят. В беге у ребенка наблюдается большая, чем при ходьбе, согласованность движений. Чаще ребенок плохо отталкивается от почвы, бежит на всей ступне. Во время бега руки согнуты в локтях. Согласованные движения рук и ног при беге развиваются раньше, чем при ходьбе. Исследование свидетельствует, что бег ребенка этого возраста малоритмичен, тяжеловат; он плохо ориентируется в пространстве, иногда теряет равновесие и падает, но затем быстро встает и продолжает бег. Развитие скорости бега строится на базе освоения правильных навыков движений.

До 3 лет ребенок редко овладевает правильным навыком *прыжка.* Несформированность опорно-двигательного аппарата, недостаточная крепость костей и связок нижних конечностей, слабое развитие силы мышц и функций равновесия, недостаточность пружинящего свойства стопы снижают возможность усвоения ребенком прыжка.

В 2,5 года ребенок начинает спрыгивать с небольшой высоты. Затем начинает подпрыгивать на месте, слегка отрывая ноги от почвы. Спрыгивание и прыжок в длину сместа даются ребенку легче, чем прыжки в высоту. До 3 лет ребенку не может выполнить прыжки на одной ноге.

8. Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем,когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обусловливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о

движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обусловливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

9.Содержание психолого-педагогической работы

Младшая группа (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 реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
- Организовывать игры с правилами. движений.
- Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (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 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.
- 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 группа (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
- 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.
- 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 группа (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.
- 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).

Существенной структурной характеристикой ООП ДОУ является принцип подачи материала в образовательных областях по тематическим блокам. Содержание психолого-педагогической работы (лексическая тема) в образовательной области «Физическое развитие» отражена в перспективном комплексно-тематическом планировании физкультурных занятий на прогулке, физкультурных досугов и праздников.

10. Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, 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.
- умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;
- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;
- понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей;
- проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается;
- проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и

социальным нормам;умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать;

- 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 навыки личной гигиены;
- проявляет ответственность за начатое дело;
- 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; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- открыт новому, то есть проявляет стремления к получению знаний, положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, институте;
- проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.);
- проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях;
- имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу;
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Система физкультурно-оздоровительной работы

В дошкольной организации проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности. Постоянно уделяется внимание выработке у детей правильной осанки. В помещениях обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; детей приучают находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивается пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Разработан оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности. Поощряется участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Уделяется внимание развитию инициативы детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений. У детей воспитывается интерес к физическим упражнениям, они обучаются возможностям использования физкультурного оборудования вне занятий (в свободное время). С детьми ежедневно проводится утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки и динамические паузы длительностью 1–3 минуты.

2. Проектирование образовательного процесса по физическому развитию детей

Основные цели и задачи:

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

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

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений инавыков 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 илюбви к спорту.

3.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Содержание образовательной деятельности
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.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Содержание образовательной деятельности

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.

<u>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</u>

Содержание образовательной деятельности
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 группа (от 5 до 6 лет)

Содержание образовательной деятельности
Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма издоровья («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 у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес кфизической 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 ина спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Содержание образовательной деятельности
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 органови 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.

4.Физическая культура

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Разделы	Содержание образовательной деятельности
Основные виды движений	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 определенногонаправления 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, в ходе 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.).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Разделы	Содержание образовательной деятельности
Основные виды движений	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 вколонну 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, вдвижении, 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 лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.;выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнениифизических 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 группа (от 4 до 5 лет)

Разделы	Содержание образовательной деятельности
Основные виды движений	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельнойдвигательной 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 впрыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту сместа учить сочетать отталкивание со взмахом рук, припприземлении 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, пространственнуюориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность ворганизации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Разделы	Содержание образовательной деятельности
Основные виды движений	Продолжать формировать правильную осанку; умениеосознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергичноотталкиваясь отопоры. 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 отвида 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 егона 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 группа (от 6 до 7 лет)

Разделы	Содержание образовательной деятельности
Основные виды движений	Формировать потребность в ежедневной двигательнойдеятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку вразличных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности ихвыполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкоепокрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенкипо 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 физкультурногоинвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе заними. 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).

5. Методы и приемы обучения

Наглядные

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

Практические

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

III.Организационный раздел

1. Структура реализации образовательного процесса

СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННЫХ ТРЕБОВАНИЙ

	Ранний возраст 1,5-3 года	Время (мин)	младшая группа 3-4 года	Время (мин)	Средняя группа 4-5 лет	Время (мин)	Старшая группа 5-6 лет	Время (мин)	Подготовит Группа 6-7 лет	Время (мин)
Регламентированная двигательная деятельность	Физкультурные занятия	1 раз в нед. 10 мин.	Физкультурные занятия	1 раз в нед. 15 минут	Физкультурные занятия	1 разв нед. 20 минут	Физкультурные занятия	2 раза в нед. 25 минут	Физкультурные занятия	2 разав нед. 30 минут

Частично регламен-тированная двига-тельная деятель-ность (формы совмест-ной дея-тельности педагога с детьми)	Утренняя гимнастика	4-5	Утренняя гимнастика	5-7	Утренняя гимнастика	6-8	Утренняя гимнастика	8-10	Утренняя гимнастика	10-12
	Физминутки	1-2	Физминутки	1-2	Физминутки	2-3	Физминутки	2- 3	Физминутки	2-3
	Подвижные игры и физ.упр-я напро-гулке	2 раза в день 10-15	Подвижные игры и физ.упр. на прогулке	2 раза в день 15-20	Подвижные игры и физ.упр.на прогулке	2 раза в день 20-25	Подвижные игры и физ.упр.на прогулке	2 раза в день 25-30	Подвижные игры и физ.упр.на прогулке	2 раза в день 30-35
							Оздоровительная ходьба	3-4 раза в неделю 5-7 минут	Оздоровительная ходьба	3-4 раза в неделю 5-7 минут
			Динамическая переменка	10	Динамическая переменка	10	Динамическая переменка	10	Динамическая переменка	10

	Бодрящая гимнастика	3-5	Бодрящая гимнастика	3-5	Бодрящая гимнастика	5-6	Бодрящая гимнастика	7-10	Бодрящая гимнастика	7-10
	Дыхательная гимнастика	2-3	Дыхательная гимнастика	3-4	Дыхательная гимнастика	4-5	Дыхательная гимнастика	5-6	Дыхательная гимнастика	6-7
							Гимнастика для глаз	4-5	Гимнастика для глаз	5-6
							Ортопедическая гимнастика	5-6	Ортопедическая гимнастика	6-7
							Жевательная гимнастика	2-3	Жевательная гимнастика	3-4
							Упражнения на релаксацию	3-4	Упражнения на релаксацию	4-5
			Физкультурн ый досуг	1 раз в месяц 15	Физкультурн ый досуг	1 раз в месяц 20	Физкультурн ый досуг	1 раз в месяц 25	Физкультурн ый досуг	1 раз в месяц 30
							Физкультурн ый праздник	1 раз в год 30-40 мин	Физкультурн ый праздник	1 раз в год 40-50 мин

			День здоровя	2 раза в год	День здоровя	2 раза в год	День здоровя	2 раза в год	День здороя	2 раза в год
	Индивидуальная работа по развитию движений: ежедневно									
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно. Характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребности детей. Проводится под наблюдением воспитателя									

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ № 8

№ П/п	Виды детской деятельности	Ранний возраст группа	младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит.группа
1.	Физкультурно – оздоровительная работа					
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно 4 - 5 минут	Ежедневно 5-7 минут	Ежедневно 6 - 8минут	Ежедневно 8 - 10минут	Ежедневно 10-12 минут
1.2.	Динамические переменки физкультурныепаузы между занятиями		Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10минут	Ежедневно 10минут	Ежедневно 10 минут
1.3.	Физкультминутки	Ежедневно (по мере необходимости)1-2 минуты	Ежедневно (по мере необходимости)1-2 минуты	Ежедневно (по мере необходимости)2-3 минуты	Ежедневно (по мере необходимости)2-3 минуты	Ежедневно (по мере необходимости)2-3 минуты

1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (индивидуальнаяработа по развитию основных видов движений)	Ежедневно10-15 мин. 2 раза в день.	Ежедневно 15-20 мин. 2 раза в день.	Еже-дневно 20-25мин 2 раза в день.	Еже-дневно 25-30мин 2 раза в день.	Ежедневно30-35 мин 2 раза в день.
1.5.	Игры и упражнения в воде (бассейн)	1 раз в неделю 10-15 минут				
1.6.	Оздоровительная ходьба				3-4 раза в неделю 5-7минут	3-4 раза в неделю 7-10 минут
1.7.	Гимнастика для глаз				Ежедневно 4-5минут	Ежедневно 5-6 минут
1.8.	Жевательная гимнастика				Перед каждым приемом пищи 2-3 минуты	Перед каждымприемом пищи3-4 минуты
1.9.	Упражнения на релаксацию				Ежедневно 3-4минуты	Ежедневно 4-5 минут
1.10.	Гимнастика после дневного сна (бодрящая, дыхательная, ортопедическая) в сочетании с закаливающими процедурами	Ежедневно 3-5 минут	Ежедневно 3-5 минут	Ежедневно 5-7минут	Ежедневно 7-10минут	Ежедневно 7-10 минут
2.	Непрерывная образовательная деятельность					

2.1.	Музыкальное развитие	2 раза в неделю по 10 минут	2 раза в неделюпо 15 минут	2 раза в неделюпо 20 минут	2 раза в неделюпо 25 минут	2 раза в неделюпо 30 минут

2.2.	Физкультурное развитие	1 раз в нед по 10 минут	1 раз в неделю по 15 минут	1 раз в неделю по 20 минут	2 раза в неделюпо 25 минут	2 раза в неделюпо 30 минут
	Физкультурно – массовая работа					
3.	Дни здоровья		2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
3.1.	Физкультурно – спортивные праздники		1 раз в год 20 минут	2 раза в год 20-30 минут	2 раза в год 30-40 минут	2 раза в год 40-50 минут
3.2.	Физкультурный досуг		1 раз в месяц 15 минут	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 25 минут	1 раз в месяц 30 минут
3.3.	Игры – соревнования между возрастными группами				1-2 раз в год 25 минут	1-2 раза в год 30-40 минут
3.4.	Самостоятельная двигательная активностьв группе и на прогулке	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей				
	Двигательная активность детей в день (в минутах)	48-60 минут	53-65минут	63-75 минут	72-84 минут	84-96 минут

2. Образовательная нагрузка

Образовательная нагрузка в соответствиис СанПиНом 2.4.1.3049-13

Таблица №1

Возрастная группа	Количество НОД в неделю /время
1-я младшая группа	1/ 10 минут
2-я младшая группа	1/ 15 минут
Средняя группа	2 / 40 минут
Старшая группа	2 / 50 минут
Подготовительная к школе группа	2 / 60 минут

Структура НОД физической культуры

В каждой возрастной группе физическая культура проводится 2 раза в неделю (в группе раннего возраста.). Различные формы и методы проведения НОД способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, силы, выносливости), развитию координации движений,пространственной ориентации и укреплению их физического здоровья.

Таблица №2

Группы	Продолжительность	Вводная часть	Разминка	Основная часть	Заключительная часть
Ясли	10 мин	1 мин	1 мин	6 мин	2 мин
младшая	15 мин	1,5 – 2 мин	2 мин	8 мин	1 -2 мин
средняя	20 мин	2 -3 мин	3мин	11 мин	2 -3 мин
старшая	25 мин	3 мин	4 мин	15 мин	3 мин
подготовительная	30 мин	4 мин	4 мин	19 мин	3-4 мин

Условия реализации рабочей программы

3.Материально – техническое обеспечение программы

Требования к развивающей предметно-пространственной среде

Развивающая предметно – пространственная среда - обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства (физкультурного зала), материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности, воспитание потребности в здоровом образе жизни, обеспечение физического и психического благополучия, возможно лишь при условии материально – техническое обеспечения икомплексного использования всех средств физического воспитания.

Для полноценной реализации потребности в движении в детском саду созданыопределённые условия.

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия.

В детском саду оборудован физкультурный зал для занятий с разнообразнымоборудованием и инвентарем.

Имеется спортивная площадка, где расположен спортивный комплекс.

Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность непосредственной образовательной деятельности, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении и на улице.

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Учебно-методическое обеспечение	Информационные и технические средства
• Наглядный материал (плакаты, карты-пиктограммы, различные иллюстрации и картинки); • Дидактический материал «Виды спорта»; • Подборка различных видов оздоровительных гимнастик; • Подборка стихов, потешек, загадок; • Подборка музыкальных произведений; • Картотека подвижных игр	1.Магнитофон; 2.CD и аудио материал 3. Ноутбук

Физкультурное оборудование и инвентарь

	Наименование оборудования и инвентаря
1	скамейка гимнастическая
2	гимнастическая стенка
3	дуги для подлезания
5	баскетбольные кольца
6	ребристая дорожка
7	гимнастический мат
8	игровой набор « Кузнечик»
10	канат
11	горизонтальные корзины для метания
13	стойки для прыжков высоту
14	мишени для метания
16	мячи (разного размера и направленности)
17	флажки

18	скакалки (разной длины)
19	гимнастические палки
20	обручи (разного размера)
21	кегли
22	кубики
23	доска приставная
24	погремушки
25	туннель складной
26	Полусферы массажные
33	корзины для инвентаря
34	секундомер
35	свисток, бубен
36	канат

Нестандартное оборудование

- Классики мягкие
- Ленты
- Трафареты
- Геометрические фигуры
- Дуги
- Мешочки для метания
- Цветы
- Веревочки

Перспективное планирование обучению основным движениям

Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях в группе раннего возраста

	Упражнения в равновесии	**Катание, бросание, ловля, метание**	**Ползание, лазанье**	**Прыжки**
Сентябрь	Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие. Учить ходить и бегать, меняя направление на определённый сигнал, развивать умение ползать, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку, бросать предмет вдаль правой и левой рукой.			
	Ходьба по прямой дорожке (ширина 15– 20 см, длина 2–2,5 м)	Катание мяча (шарика) друг другу	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3 м)	Прыжки на двух ногах на месте, Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 1 м)
Октябрь	Чередование ходьбы и бега за воспитателем, учить останавливаться по сигналу, учить ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, способствовать развитию умений действовать по сигналу. Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль, прыгать в длину с места, ходить парами в определённом направлении, ходить по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, умение действовать по сигналу.			
	Ходьба по доске	Катание мяча (шарика)между предметами	Ползание на четвереньках между предметами	Прыжки на двух ногах из кружка в кружок Прыжки на двух ногах вокруг предметов
Ноябрь	Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в прыжке в длину с места, в ползании на четвереньках, переступать через препятствия, бросать мячи правой и левой рукой, учит подлезать под рейку, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз. Воспитывать умение слушать сигналы и реагировать на них.			
	Ходьба по гимнастической скамейке	Катание мяча (шарика)в воротца (ширина 50–60 см).	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Прыжки на двух ногах между предметами

				Прыжки с высоты 15–20 см,
Декабрь	Учить бросать вдаль правой и левой рукой, ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, учить бросать и ловить мяч, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, учить лазать по гимнастической стенке, совершенствовать прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия, глазомер, координацию движений.			
	Ходьба по бревну	Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 1,5–3 м)	Подлезание под препятствие на четвереньках (высота 50 см)	Прыжки вверх с места Прыжки вверх с места доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка
Январь	Учить катать мяч, упражнять в лазании по гимнастической стенке, совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, ползать на четвереньках, подлезать на рейку, учить прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, ходить по гимнастической скамейке.			
	Медленное кружение в обе стороны	Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу(расстояние 1-1,5 м)	Подлезание под препятствие не касаясь руками пола (высота 50 см)	Прыжки через линию
Февраль	Учить катать мяч в цель, совершенствовать метание вдаль из-за головы, упражнять в ползании и подлезании под рейку, упражнять в ходьбе по наклонной лестнице, развивать координацию движений и равновесие. Развивать умение реагировать на сигнал, учить подпрыгивать			
	Ходьба приставляя пятку одной ноги к носку другой Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см)	Метание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1-1,5 м) Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м)	Пролезание в обруч	Прыжки через шнур Прыжки через 4–6 линий (поочередно через каждую)
Март	Упражнять детей в метании вдаль двумя руками, приучать сохранять направление при метании и катании мячей. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить становиться в круг, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. упражнять в спрыгивании с высоты, учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			

	Ходьба по ребристой доске Ходьба с перешагиванием через предметы	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см)	Перелезание через бревно.	Прыжки через предметы (высота 5 см)
Апрель	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, учить ловить и бросать мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель и ползании с подлезанием, учить быстро реагировать на сигнал. Учить бросать мяч вверх и вперёд, упражнять в спрыгивании. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба с перешагиванием через рейки	Бросание мяча вверх ловля его (2–3 раза подряд)	Лазанье по лесенке - стремянке, (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см)
Май	Закрепить умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок с места в длину и метание вдаль из-за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, закрепить умение бросать и ловить мяч. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Бросание мяча вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд)	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см

Ходьба	**первое полугодие** Ходьба обычная Ходьба на носках Ходьба с высоким подниманием колена Ходьба в колонне по одному Ходьба по прямой Ходьба по кругу	**подключить во втором полугодии** Ходьба по два (парами) Ходьба в разных направлениях Ходьба змейкой (между предметами) Ходьба врассыпную Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом)

Бег.	Бег обычный Бег на носках (подгруппами и всей группой) Бег по кругу Бег врассыпную Бег с выполнением заданий убегать от догоняющего Бег с выполнением заданий догонять убегающего Бег по сигналу в указанное место Бег в медленном темпе в течение 50–60 секунд	Бег с одного края площадки на другой Бег в колонне по одному Бег в разных направлениях Бег по прямой дорожке (ширина 25–50 см, длина 5–6 м) Бег по извилистой дорожке (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), Бег змейкой, Бег с выполнением заданий останавливаться Бег с изменением темпа
Групповые упражнения с переходами.	Построение шеренгу Построение круг Перестроение врассыпную Размыкание и смыкание обычным шагом	Построение в колонну по одному

Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях в младшей группе

	Упражнения в равновесии	**Катание, бросание, ловля, метание**	**Ползание, лазанье**	**Прыжки**
Сентябрь	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте и с продвижением вперед Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании Закреплять умение ползать.			
	Ходьба по прямой дорожке (ширина 15– 20 см, длина 2–2,5 м)	Катание мяча (шарика) друг другу	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м)	Прыжки на двух ногах на месте, Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 2–3 м)
Октябрь	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на двух ногах Учить удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической доске с различным положением рук. Закреплять умение энергично отталкивать мячи, шарики при прокатывании друг-другу и между предметами Закреплять умение ползать на четвереньках между предметами. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по доске	Катание мяча (шарика)между предметами	Ползание на четвереньках между предметами	Прыжки на двух ногах из кружка в кружок Прыжки на двух ногах вокруг предметов
Ноябрь	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках между предметами. не теряя направления Учить правильно приземляться в прыжках с высоты Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании Закреплять умение ползать. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по гимнастической скамейке	Катание мяча (шарика)в воротца (ширина 50–60 см).	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Прыжки на двух ногах между предметами Прыжки с высоты 15–20 см,
Декабрь	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках вверх с места Учить метанию вдаль Закреплять умение ползать на четвереньках, варианты с подлезанием под веревкой, дугой, гимнастической палкой Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по бревну	Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м)	Подлезание под препятствие на четвереньках (высота 50 см)	Прыжки вверх с места Прыжки вверх с места доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка
Январь	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через линию Учить метанию в горизонтальную цель Закреплять умение ползать на четвереньках, варианты с подлезанием под веревкой, дугой, гимнастической палкой Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Медленное кружение в обе стороны	Метание в горизонтальную цель двумя руками	Подлезание под препятствие не касаясь руками пола	Прыжки через линию

		снизу(расстояние 1,5–2 м)	(высота 50 см)	
Февраль	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через шнур, через несколько линий подряд. Обучать метанию в горизонтальную цель двумя руками и поочередно каждой. Учить подлезать в обруч. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.			
	Ходьба приставляя пятку одной ноги к носку другой Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см)	Метание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5–2 м) Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м)	Пролезание в обруч	Прыжки через шнур Прыжки через 4–6 линий (поочередно через каждую)
Март	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через предметы Обучать метанию в вертикальную цель правой и левой рукой, ловить мяч, брошенный воспитателем. Учить перелезать через бревно Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по ребристой доске Ходьба с перешагиванием через предметы	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см)	Перелезание через бревно.	Прыжки через предметы (высота 5 см)
	Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы,			

Апрель	сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через две линии Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Учить лазать по лесенке-стремянке. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба с перешагиванием через рейки	Бросание мяча вверх ловля его (2–3 раза подряд)	Лазанье по лесенке - стремянке, (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см)
Май	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 сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках в длину с места Учить бросать мяч вниз, отбивая его о землю и ловить его двумя руками 2-3 раза подряд. Учить лазать по гимнастической стенку. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Бросание мяча вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд)	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см

	первое полугодие	**подключить во втором полугодии**
Ходьба	Ходьба обычная Ходьба на носках Ходьба с высоким подниманием колена Ходьба в колонне по одному Ходьба по прямой Ходьба по кругу	Ходьба по два (парами) Ходьба в разных направлениях Ходьба змейкой (между предметами) Ходьба врассыпную Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом)
Бег.	Бег обычный Бег на носках (подгруппами и всей группой) Бег по кругу	Бег с одного края площадки на другой Бег в колонне по одному Бег в разных направлениях

	Бег врассыпную Бег с выполнением заданий убегать от догоняющего Бег с выполнением заданий догонять убегающего Бег по сигналу в указанное место Бег в медленном темпе в течение 50–60 секунд Бег в быстром темпе на расстояние 10 м	Бег по прямой дорожке (ширина 25–50 см, длина 5–6 м) Бег по извилистой дорожке (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), Бег змейкой, Бег с выполнением заданий останавливаться Бег с изменением темпа
Групповые упражнения с переходами.	Построение шеренгу Построение круг Перестроение врассыпную Размыкание и смыкание обычным шагом	Построение в колонну по одному Перестроение в колонну по два Повороты на месте направо, налево переступанием

Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях в средней группе

	Упражнения в равновесии	Катание, бросание, ловля, метание	Ползание, лазанье	Прыжки
Сентябрь	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 на четвереньках по прямой и между предметами Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте Прокатывать мячи друг другу и между предметами Удерживать равновесие при ходьбе между линиями, выполняя задания Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см) Ходьба между линиями с	Прокатывание мячей друг другу Прокатывание мячей между	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), Ползание на четвереньках	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой)

	перешагиванием через предметы Ходьба между линиями с поворотом Ходьба между линиями с мешочком на голове	предметами	между предметами	
Октябрь	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 на четвереньках змейкой и по гимнастической доске Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах продвигаясь вперед Учить прокатывать обручи друг другу Удерживать равновесие при ходьбе по линии, веревке, доске Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Ходьба между линиями ставя ногу с носка Ходьба по линии Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см), Ходьба по доске	Прокатывание обручей друг другу	Ползание на четвереньках змейкой, Ползание на четвереньках по горизонтальной доске	Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м),
Ноябрь	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 на четвереньках по наклонной доске и гимнастической скамейке Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах с поворотом кругом Прокатывать обручи между препятствиями, бросать мяч друг другу и ловить его Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической доске с выполнением заданий Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др			
	Ходьба по доске руки в стороны Ходьба по доске с перешагиванием через предметы Ходьба по доске с поворотом	Прокатывание обручей между предметами Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 м)	Ползание на четвереньках по наклонной доске Ползание на четвереньках по скамейке	Прыжки на двух ногах с поворотом кругом
Декабрь	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 по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и в упоре на стопы и ладони Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах ноги вместе-ноги врозь на месте и с продвижением вперед Перебрасывать мяч из-за головы друг другу и через веревку Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической доске и гимнастической скамейке с выполнением заданий Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др			
	Ходьба по доске с мешочком на голове Ходьба по доске ставя ногу с носка	Бросание мяча друг другу из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м) Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы	Ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони	Прыжки: ноги вместе, ноги врозь

	Ходьба гимнастической скамейке Ходьба гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы			
Январь	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 опираясь на стопы и ладони по гимнастической доске Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на одной ноге правой и левой поочередно Перебрасывать мяч одной рукой через препятствие Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Ходьба гимнастической скамейке с поворотом Ходьба гимнастической скамейке с мешочком на голове Ходьба гимнастической скамейке ставя ногу с носка	перебрасывание мяча одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони по горизонтальной доске	Прыжки:на одной ноге (на правой и левой поочередно)
Февраль	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 опираясь на стопы и ладони по наклонной доске и гимнастической скамейке Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках через линию Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастическому бревну с выполнением заданий Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Ходьба бревну руки в стороны Ходьба бревну с поворотом Ходьба бревну с мешочком на голове	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд) Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони по наклонной доске Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони по скамейке	Прыжки на двух ногах через линию
Март	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 подлезать под веревку и дугу правым и левым боком не касаясь руками пола Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться перепрыгивая на двух ногах 4-5 линий подряд Отбивать мяч одной рукой о землю не менее 5 раз подряд Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастическому бревну, ребристой доске и наклонной доске вверх и вниз Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Ходьба бревну ставя ногу с носка Ходьба по ребристой доске Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд) Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м)	Подлезание под веревку Подлезание под дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед.	Прыжки на двух ногах поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см

	(ширина 15–20 см, высота 30–35 см)			
Апрель	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 подлезать в обруч, перелезать через бревно и гимнастическую скамейку Учить энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах через предметы, правильно приземляться спрыгивая с высоты. Метать предметы в горизонтальную цель Упражнять в равновесии при ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, перешагивая через рейки лестницы и набивной мяч. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см) Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола Перешагивание через набивной мяч	Метание предметов в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой	Пролезание в обруч Перелезание через бревно Перелезание через гимнастическую скамейку	Прыжки на двух ногах через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см Прыжки с высоты 20–25 см
Май	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 лазать по гимнастической стенке различными способами Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках в длину с места, обучать действиям с короткой скакалкой Обучать метанию в вертикальную цель			

	Упражнять в равновесии при перешагивании предметов положенных в ряд, переступать набивной мяч, пронося ногу непосредственно над мячом Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.			
	Перешагивание поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга Перешагивание через набивной мяч с разными положениями рук Кружение в обе стороны (руки на поясе)	Метание предметов в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м	Лазанье по гимнастической стенке Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролета на другой вправо и влево	Прыжки в длину с места (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой

	первое полугодие	**подключить во втором полугодии**
Ходьба	Ходьба обычная Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на наружных сторонах стоп ходьба с высоким подниманием колен Ходьба мелким и широким шагом Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево) Ходьба в колонне по одному Ходьба в колонне по двое (парами) Ходьба по прямой Ходьба по кругу Ходьба вдоль границ зала Ходьба змейкой (между предметами)	Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук) Ходьба в чередовании с бегом Ходьба в чередовании прыжками Ходьба изменением направления Ходьба с изменением темпа Ходьба со сменой направляющего

	Ходьба врассыпную	
Бег.	Бег обычный Бег на носках Бег с высоким подниманием колен Бег в колонне по одному бег в разных направлениях Бег по кругу Бег в колонне змейкой (между предметами) Бег врассыпную	Бег с изменением темпа Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью Челночный бег 3 раза по 10 м Бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года) Бег в колонне со сменой ведущего Бег мелким и широким шагом Бег в колонне по двое
Групповые упражнения с переходами.	Построение в колонну по одному Построение в шеренгу Построение в круг Размыкание и смыкание	Перестроение в колонну по два Перестроение в колонну по три Равнение по ориентирам Повороты направо, налево, кругом

Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях в старшей группе

	Упражнения в равновесии	**Катание, бросание, ловля, метание**	**Ползание, лазанье**	**Прыжки**
Сентябрь	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 прыгать на двух ногах на месте, отталкиваться и приземляться Учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками, отбивать его двумя руками на месте.			
	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Бросание мяча вверх двумя руками (не менее 10 раз подряд) Бросание мяча о землю и ловля	Ползание на четвереньках змейкой между предметами Ползание на четвереньках в чередовании с ходьбой	Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой

		его двумя руками (не менее 10 раз подряд)		
Октябрь	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 прыгать на двух ногах разными способами, отталкиваться и приземляться Учить подбрасывать и ловить мяч одной рукой, выполняя задания. Учить чередовать ползание с перелезанием через препятствия и бегом			
	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см) Ходьба по наклонной доске прямо	Бросание мяча одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз) Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками	Ползание на четвереньках в чередовании с бегом Ползание на четвереньках в чередовании с переползанием через препятствия	Прыжки на двух ногах разными способами: ноги скрестно Прыжки на двух ногах разными способами:ноги врозь
Ноябрь	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 прыгать на двух ногах разными способами, отталкиваться и приземляться, продвигаться вперед Учить перебрасывать мяч из одной руки в другую, бросать мяч друг другу снизу. Учить ползать на четвереньках, толкая головой мяч, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, опираясь на колени и предплечья Удерживать равновесие при ходьбе разными способами по наклонной доске.			
	Ходьба по наклонной доске боком Ходьба по наклонной доске на носках.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя снизу	Ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на	Прыжки на двух ногах разными способами:одна нога вперед — другая назад) Прыжки на двух ногах разными способами:продвигаясь вперед (на

			предплечья и колени	расстояние 3–4 м)
Декабрь	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 прыгать на одной ноге на месте и продвигаясь вперед Учить перебрасывать мяч друг другу из-за головы и от груди в положении стоя. Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и ползать на четвереньках с перелезанием через препятствия Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке обычным способом и с перешагиванием через набивные мячи			
	Ходьба по гимнастической скамейке Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи	Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя из-за головы Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя от груди Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя с отскоком от земли	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками Перелезание через несколько предметов подряд	Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте Прыжки на одной ноге (правой и левой) продвигаясь вперед
Январь	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 прыгать в высоту с места через предметы Учить перебрасывать мяч друг другу в положении сидя снизу и из-за головы. Учить подлезать в обруч разными способами. Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке выполняя приседание на середине скамейки.			
	Ходьба по гимнастической скамейке приседанием на	Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения	Пролезание в обруч разными способами	Прыжки в высоту с места прямо через 5–6 предметов — поочередно через

	середине	сидя снизу Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения сидя из-за головы		каждый (высота 15–20 см)
Февраль	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 прыгать в высоту с места через предметы боком и в высоту на мягкое покрытие Учить перебрасывать мяч друг другу в положении сидя снизу от груди и с отскоком от земли Учить лазать по гимнастической стенке выс. 2,5 м. Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке выполняя различные задания.			
	Ходьба по гимнастической скамейке раскладыванием и собиранием предметов Ходьба по гимнастической скамейке прокатыванием перед собой мяча двумя руками,	Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения сидя от груди Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения сидя с отскоком от земли	Лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м)	Прыжки в высоту с места боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см) Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см
Март	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 прыгать в высоту с места через предметы боком и в высоту на мягкое покрытие Учить перебрасывать мяч друг другу в положении сидя снизу от груди и с отскоком от земли Учить лазать по гимнастической стенке выс. 2,5 м. Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке выполняя различные задания.			
	Ходьба по гимнастической	Перебрасывание мяча друг	Лазанье по гимнастической	прыжки с высоты 30 см в обозначенное

	скамейке боком (приставным шагом) Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком песка на голове	другу по кругу Отбивание мяча о землю на месте	стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа	место прыжки в длину с места (не менее 80 см)
Апрель	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 прыгать в длину с места (80), с разбега (100), в высоту с разбега (30-40), приземляясь на мягкое покрытие Учить отбивать мяч о землю с продвижением вперед, прокатывать набивные мячи и метать предметы на дальность Учить лазать по гимнастической стенке выс. 2,5 м. перелезая с пролета на пролет Удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической доске вверх и вниз выполняя различные задания.			
	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках	Отбивание мяча о землю с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м) Прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м)	Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой	Прыжки в длину с разбега (примерно 100 см) Прыжки в высоту с разбега (30–40 см)
Май	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 прыгать через короткую скакалку Учить метать предметы в горизонтальную и вертикальную цели Учить подлезанию между рейками гимнастической стенки Удерживать равновесие при ходьбе по наклонной гимнастической доске вверх и вниз , и после медленного кружения, стоя на полу.			
	Ходьба по наклонной доске	Метание предметов в	Пролезание между рейками	Прыжки через короткую скакалку,

	вверх и вниз боком (приставным шагом) Кружение парами, держась за руки	горизонтальную цель с расстояния 3–4 м Метание предметов в вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м	гимнастической стенки	вращая ее вперед и назад Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

	первое полугодие	**подключить во втором полугодии**
Ходьба	Ходьба обычная Ходьба на носках (руки за голову) Ходьба на пятках Ходьба на наружных сторонах стоп Ходьба с высоким подниманием колена (бедра) Ходьба перекатом с пятки на носок	Ходьба приставным шагом вправо и влево Ходьба в колонне по одному Ходьба в колонне по двое Ходьба в колонне по трое Ходьба в колонне вдоль стен зала с поворотом Ходьба в колонне с выполнением различных заданий воспитателя
Бег.	Бег обычный Бег на носках Бег с высоким подниманием колена (бедра) Бег мелким и широким шагом Бег в колонне по одному Бег в колонне по двое Бег змейкой Бег врассыпную Бег с препятствиями	Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) Бег в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках Бег по наклонной доске вверх и вниз боком, приставным шагом. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках боком, приставным шагом Кружение парами, держась за руки
Групповые упражнения с переходами.	Построение в колонну по одному Построение в шеренгу Построение круг	

	Перестроение в колонну по двое, перестроение в колонну по трое Равнение в затылок Равнение в колонне Равнение в шеренге Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед Размыкание в шеренге — на вытянутые руки в стороны Повороты направо, налево, кругом переступанием,	

Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях в подготовительной группе

	Упражнения в равновесии	Катание, бросание, ловля, метание	Ползание, лазанье	Прыжки
Сентябрь	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 Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Учить удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке различными способами Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжке, перебрасывать мяч друг другу из разных исходных			

	положений, ползать по гимнастической скамейке и бревну			
	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	Перебрасывание мяча друг другу снизу Перебрасывание мяча друг другу из-за головы (расстояние 3–4 м) Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя ноги скрестно	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке Ползание на четвереньках по бревну	Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) Прыжки на двух ногах: по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, Прыжки на двух ногах с поворотом кругом
Октябрь	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 Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Упражнять в равновесии, прыжках на двух ногах с различными заданиями. Учить подтягиваться руками при ползании на животе, бросать и ловить мяч вверх и о землю. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке с набивным мешочком на спине	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз) Бросание мяча о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз)	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками	Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 5–6 м Прыжки на двух ногах с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей

				последовательно через каждый
Ноябрь	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. Обучать прыжкам на одной ноге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Учить детей удерживать равновесия выполняя приседания на гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч одной рукой, прыгать на одной ноге. Интенсивно отталкиваться ногами и подтягиваться руками при ползании по гимнастической скамейке на спине Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки	Бросание мяча одной рукой (не менее 10 раз) Бросание мяча с хлопками Бросание мяча поворотами	Ползание по гимнастической скамейке на спине отталкиваясь ногами.	Прыжки на одной ноге через линию Прыжки на одной ноге через веревку вперед и назад
Декабрь	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. Обучать прыжкам на одной ноге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.			

	Учить детей удерживать равновесия выполняя приседания на гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч одной рукой, прыгать на одной ноге. Интенсивно отталкиваться ногами и подтягиваться руками при ползании по гимнастической скамейке на спине Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно в движении	Пролезание в обруч разными способами Подлезание под дугу несколькими способами подряд (высота 35–50 см)	Прыжки на одной ноге через веревку вправо и влево Прыжки на одной ноге на месте
Январь	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. Обучать прыжкам на одной ноге с продвижением вперед и прыжкам вверх из глубокого приседа Учит перебрасывать мяч через сетку. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Учить детей удерживать равновесие на гимнастической скамейке, выполняя задания. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и	Перебрасывание мяча через сетку	Подлезание под гимнастическую скамейку несколькими способами	Прыжки на одной ноге с продвижением.

	перешагиванием (палки, веревки)		подряд (высота 35–50 см).	Прыжки вверх из глубокого приседа
Февраль	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. Обучать прыжкам в высоту с приземлением на мягкое покрытие, прыжкам в высоту с разбега, прыжкам в длину с места Учит ведению мяча в разных направлениях, перебросу набивных мячей и метанию вдаль правой и левой рукой Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Учить детей удерживать равновесие на гимнастической скамейке, выполняя задания. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	Ведение мяча в разных направлениях Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Прыжки с разбега на мягкое покрытие Прыжки в высоту с разбега (высота до 40 см) Прыжки в длину с места (около 100 см)
Март	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. Обучать прыжкам в длину с разбега, и вверх с места, доставая предмет. Учить метанию в горизонтальную цель из разных исходных положений Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.			

	Учить детей удерживать равновесие на гимнастической скамейке, выполняя задания. Обучать лазанию по гимнастической лестнице сохраняя координацию. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по гимнастической скамейке с перепрыгиванием через ленточку	Метание в горизонтальную цель (с расстояния 4–5 м) из положения стоя Метание в горизонтальную цель (с расстояния 4–5 м) из положения стоя на коленях Метание в горизонтальную цель (с расстояния 4–5 м) из положения сидя	Лазанье по гимнастической стенке с сохранением координации движений	Прыжки в длину с разбега (180–190 см) Прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, Прыжки в высоту с разбега (не менее 50 см)
Апрель	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. Обучать прыжкам через скакалку. Учить метанию в вертикальную цель из разных исходных положений Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Учить детей удерживать равновесие при ходьбе по веревке прямо и боком Обучать лазанию по гимнастической лестнице сохраняя координацию, одноименным и разноименным способом. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			

	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см)боком	Метание в вертикальную цель (с расстояния 4–5 м) из положения стоя Метание в вертикальную цель (с расстояния 4–5 м) из положения стоя на коленях	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног Лазанье по гимнастической стенке с использованием одноименного движения рук и ног	Прыжки через короткую скакалку разными способами на двух ногах Прыжки через короткую скакалку разными способами с ноги на ногу Прыжки через длинную скакалку по одному, прыжки через длинную скакалку парами
Май	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. Обучать прыжкам через скакалку. Учить метанию в вертикальную цель из разных исходных положений Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Учить детей удерживать равновесие при ходьбе по веревке прямо и боком Обучать лазанию по гимнастической лестнице сохраняя координацию, одноименным и разноименным способом. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.			
	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).	Метание в движущуюся цель	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали	Прыжки через большой обруч (как через скакалку) Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед Прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности

Ходьба	**первое полугодие**	**подключить во втором полугодии**
	Ходьба обычная, Ходьба на носках Ходьба с разными положениями рук Ходьба на пятках Ходьба на наружных сторонах стоп Ходьба с высоким подниманием колена (бедра) Ходьба широким и мелким шагом Ходьба приставным шагом вперед и назад Ходьба гимнастическим шагом Ходьба перекатом с пятки на носок Ходьба в полуприседе Ходьба в колонне по одному Ходьба в колонне по двое	Ходьба в колонне по трое Ходьба в колонне по четыре Ходьба в шеренге Ходьба в разных направлениях: по кругу Ходьба в разных направлениях:по прямой с поворотами Ходьба в разных направлениях:змейкой Ходьба врассыпную Ходьба в сочетании с другими видами движений
Бег	Бег обычный Бег на носках Бег выбрасывая прямые ноги вперед Бег мелким и широким шагом Бег в колонне по одному Бег в разных направлениях Бег с различными заданиями Бег в чередовании с ходьбой Бег с прыжками Бег с изменением темпа	Бег высоко поднимая колено Бег сильно сгибая ноги назад Бег в колонне по двое Бег из разных исходных положений Бег с преодолением препятствий Бег со скакалкой Бег с мячом Бег по доске Бег бревну Непрерывный бег в течение 2–3 минут Бег со средней скоростью на 80–120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой Челночный бег 3—5 раз по 10 м Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года

Групповые упражнения с переходами	Построение (самостоятельно) в колонну по одному Построение (самостоятельно) в круг Построение (самостоятельно) шеренгу Перестроение в колонну по двое равнение в колонне равнение шеренге равнение круге размыкание и смыкание приставным шагом повороты направо, налево, кругом	Перестроение в колонну по трое Перестроение в колонну по четыре на ходу Перестроение в колонну из одного круга в несколько (2—3) Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две

Перспективное комплексно-тематическое планирование физкультурных занятий на прогулке, спортивных досугов и праздников

Комплексно-тематическое планирование физкультурных занятий на прогулке, спортивных развлечений и праздников в группе раннего возраста (от 2 до 3 лет) соответствует ФГОС ДО

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Мотивация физкультурных занятий на прогулке	Итоговые мероприятия
Детский сад! 1-я-2-я неделя сентября	Вызывать у детей радость от посещения детского сада. Знакомить детей с правилами поведения в физкультурном зале, раздевалке, игровой комнате, спортивной площадке. Знакомить с окружающей средой физкультурного зала, игровой комнаты. Предлагать рассматривать физкультурное оборудование, называть предметы, способы их использования. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми в ходе игр Формировать положительные эмоции к детскому саду, взрослым и детям.	1 неделя августа Адаптация детей 2 неделя сентября «Ты мой друг и я твой друг»	
Игрушки 1-игрушки 2- потешки (3-я–4-я недели сентября)	Знакомить с игрушками, народными игрушками. Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности. Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на спортивной площадке детского сада). Знакомить с правилами безопасного поведения на спортивной площадке осенью. Приучать действовать совместно. Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умение замечать красоту осенней природы,	3 неделя сентября «Солнышко и дождик» 4 неделя сентября «Кого мы встретили в лесу»	2 неделя Спортивное развлечение в зале «Осень»

	вести наблюдения за погодой.		
Я в мире человек (1-я–2-я недели октября) 1-части тела 2-моя семья	Дать представление о себе как о человеке; об основных частях тела человека, их назначении. Побуждать называть свои имя, фамилию, имена говорить о себе в первом лице. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх	1 неделя октября «Для чего нам ножки» 2 неделя октября «Мальчишки и девчонки»	день здоровья.
Осень (3-я-4 –я неделя Октября)	Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на спортивной площадке детского сада). Знакомить с правилами безопасного поведения на спортивной площадке осенью. Приучать действовать совместно. Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умение замечать красоту осенней природы, вести наблюдения за погодой.	3 неделя октября «Зайка заблудился» 4 неделя октября «Красный, желтый, зеленый»	4 неделя октября Спортивное развлечение в зале «Наш помощник — огород»
Мой дом 1-я – 2-я неделя ноября 1.Мебель, посуда. Объекты города (улица, дом, больница, магазин 2. дом, улица.	Дом, мебель, посуда, бытовые приборы. Знакомить с родным городом, его названием, основными достопримечательностями.	1 неделя ноября « Наш дом построим сами» 2 неделя ноября «Наш город самый лучший»	
Транспорт 1-транспорт 2-профессии (3-я–4-я недели ноября)	Знакомить с транспортом, «городскими профессиями (врач, шофер и так далее)	2 неделя ноября «Кто покажет нам дорогу» 3 неделя ноября «Веселые трамвайчики»	4 неделя ноября «Лучшей мамы нет на свете»

Дикие животные леные звери зимой 1-я – 2-я недели декабря	Знакомить с некоторыми особенностями поведения лесных зверей и птиц зимой	1 неделя «зайка в избушке» 2 неделя « По тропинке зимой»	
Новогодний праздник 3-я – 4-я недели декабря	Организовать все виды детской деятельности вокруг темы Нового года и новогоднего праздника	3 неделя декабря «Где нам елочку найти» 4 неделя декабря «Волшебные льдинки»	4 неделя февраля Спортивное развлечение в зале «В лесу родилась елочка»
Зима 2-я неделя 3-я неделя 4-я неделя января	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту зимней природы. Расширять представления о сезонных изменениях в природе (изменения в погоде, растения зимой, поведение зверей и птиц).Формировать первичные представления о местах, где всегда зима.	2 неделя января «Нам морозы не страшны» 3 неделя января «Веселые снежинки» 4 неделя января «Зимние забавы»	4 неделя января Спортивное развлечение в зале «Как встречают зиму звери»
Безопасность 1-я февраля **Мой любимый папа**	Знакомство детей с предметным миром и правилами безопасного общения с предметами. Знакомство с понятиями «можно- нельзя», «опасно», «громко – тихо», Формирование представления о правилах безопасного поведения в играх с песком, водой Прививать любовь к папе	1-неделя февраля «Нам все можно или нет?» 2-я неделя февраля «Самый главный мужчина»	

2-я неделя Февраля **Мамин день** **Масленица**	Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме и бабушке.	3-я неделя февраля 1-я неделя марта	Спортивное развлечение в зале «Мы сильные и смелые»
В гостях у сказки С 11-го по 29 марта	Формировать представление о сказочных героях. Сопровождать занятия показом персонажей кукольного театра	2-я неделя «теремок» 3-я неделя Нашу сказку строим сами 4-я неделя «Репка»	4 неделя апреля Спортивное развлечение в зале «Вышла курочка гулять»
Весна 1-я неделя апреля Сезонные изменения 2-я овощи 3-я фрукты **Домашние животные и птицы** **Международный день семьи** **1**-2-я неделя **Скоро лето**	Формировать элементарные представления о весне (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада). Расширять знание о домашних животных и птицах. Знакомить о некоторых особенностях поведения. Беседы с детьми о членах семьи. Побуждать называть их имена	1-я неделя апреля неделя мая «Водичка-водичка» 2-я неделя апреля «Раз, два, три» 3-я неделя апреля «Зайчики — пушистики» 4-я неделя апреля «Друг мой собака» 1-я неделя мая «Вместе с мамой, вместе с папой» 2 неделя мая «Мой веселый, звонкий мяч»	4 неделя апреля Спортивное развлечение в зале «Поиграй-ка!»

3-я неделя сезонные изменения, растения 4-я неделя мая Животные, животные разных стран		4 неделя мая «Наш друг - физкультура»	4 неделя мая Праздник «Лето» 1-июня день защиты детей!

Комплексно-тематическое планирование физкультурных занятий на прогулке, спортивных развлечений и праздников в младшей группе (от 3 до 4 лет) соответствует ФГОС ДО

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Мотивация физкультурных занятий на прогулке	Итоговые мероприятия
Сентябрь Здравствуй, детский сад!	Вызывать у детей радость от возвращения в детский сад. Продолжить знакомство детей с правилами поведения в физкультурном зале, раздевалке, игровой комнате, спортивной площадке. Продолжать знакомство с окружающей средой физкультурного зала, игровой комнаты. Предлагать рассматривать физкультурное оборудование, называть предметы, способы их использования. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми в ходе игр Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию	1 неделя сентября «Ты мой друг и я твой друг»	

	движений рук и ног.		
Неделя безопасности по ПДД 1-я неделя	Формировать дальнейшее представление детей о правилах дорожного движения, видах транспорта, спец транспорте (скорая помощь, пожарная машина, полицейская машина) о проезжей части дороги, тротуаре, обочине.	1 неделя « Помощь светофору»	
Мой дом, мой город, моя страна, моя планета 2-я неделя сентября	Знакомить с родным городом (поселком), его названием, основными достопримечательностями. Знакомить с видами транспорта, в том числе с городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения, светофором, надземным переходом Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, шофер, водитель автобуса). Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх	2 неделя сентября «Зайка заблудился»	2 неделя сентября Спортивное развлечение в зале «Теремок»
Урожай 3-я неделя сентября	1.Уточнение представления об овощах , фруктах, ягодах, (различать по внешнему виду, вкусу, форме наиболее распространенные овощи, фрукты). 2. Знакомство детей с пользой овощей и фруктов. 3. утлчнение представлений о труде людей по сбору урожая.	3 неделя сентября «огуречик-огуречик получился человечек»	
Краски осени 4-я неделя сентября	Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на спортивной площадке детского сада). Знакомить с правилами безопасного поведения на спортивной площадке осенью. Приучать действовать совместно. Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умение замечать красоту осенней природы,	4 неделя сентября «Солнышко и дождик»	»

	вести наблюдения за погодой.		
<u>Октябрь</u> **Животный мир** 1-я неделя октября	Расширять знания о домашних животных и птицах. Знакомить с некоторыми особенностями поведения лесных зверей и птиц осенью. Воспитывать бережное отношение к животным.	1 неделя октября «Хитрая лиса»	1 неделя октября Открытый день здоровья. Спортивное развлечение в зале «Олины помощники
Я в мире человек 2-я неделя октября	Развивать представление о себе как о человеке: я девочка (мальчик), хожу в детский сад, в группе мои друзья Формирование интереса к изучению себя, своих физических возможностей (осанка, стопа, рост, движение, картина тздоровья. Формировать первичные гендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины).	2 неделя октября «Для чего нам ножки»	2 неделя октября Открытый день здоровья. Спортивное развлечение в зале
Народная культура и традиции 3-я неделя октября	Расширять представления о народных традициях, праздниках. Знакомить с народным подвижными играми Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности.	3неделя октября «солнышко- ведрышко»	
Наш быт **4 –я неделя октября**	Расширение представления воспитанников о предметах ближайшего окружения, их назначении, активно включать движение рук по предмету.	4 неделя октября «наш дом – наша крепость»	
<u>Ноябрь</u> **Транспорт** 1-я неделя ноября	Знакомить с видами транспорта, в том числе с городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения, светофором, надземным переходом Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, шофер, водитель автобуса). Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.	1 неделя ноября « Нам поможет светофор»	

2-я неделя ноября **Здоровейка**	Формирование начальных представлений о здоровье и здоровом образе жизни. Развивать умение различать и называть органы чуств (глаза, рот, нос, уши), знание о их роли в организме и том, как их беречь и как за ними ухаживать.	2 неделя марта « закаляка»	2-я неделя ноября Спортивное развлечение «Мальчишки и девчонки»
3-я неделя ноября **Кто как готовиться к зиме**	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении зимой. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту зимней природы.	3 неделя ноября «Кому зимой не холодно»	
Неделя театра 4-я неделя ноября	Продолжать знакомство детей со зрелищными видами искусства. Формирование первичных представлений о театре, атрибутах, развивать внимание, умение слушать речь взрослого, понимать содержание , развивать память	4 неделя ноября «Волшебная дудочка»	
27.11.2020 **День матери**	Воспитывать любовь и нежное уважительное чувство к маме.		«мамочка любимая, мамочка моя»
<u>Декабрь</u> **Здравствуй зимушка – зима** 1 –2 я неделя декабря	Расширять представления о сезонных изменениях в природе (изменения в погоде, растения зимой, поведение зверей и птиц).Формировать первичные представления о местах, где всегда зима. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Знакомство с зимними видами спорта.	1неделя декабря «Нам морозы не страшны» «снеговичек»	2-я неделя декабря Спортивное развлечение «Мы умеем делать сами»
Новогодний калейдоскоп 3-4 я недели декабря	Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы Нового года и новогоднего праздника как в непосредственно образовательной, так и в самостоятельной деятельности детей.	3 неделя декабря «Где нам елочку найти» 4 неделя декабря «Зимняя сказка»	

<u>Январь</u> **Святки. Колядки** 2 неделя января	Знакомить детей с народными традициями зимних новогодних и рождественских торжеств, преподнесения подарков, гуляний, катания на лошадях, скоморошничества. Привнести настроение веселья, игр, новогодней сказочности.	«У медведя во бору»	
В гостях у сказки 3-я неделя января	Расширять представление о народных сказках	3-я неделя « в гостях у мышки норушки»	Зимний спортивный праздник «Путешествие в зимнюю сказку»
Этикет 4-я неделя января	Формирование доброжелательного отношения друг к другу., опыта правильной оценки хороших и плохих поступков.	4 неделя «что такое хорошо а что такое плохо?»	
<u>Февраль</u> **Я и моя семья** 1-я неделя февраля	Закреплять знание детьми своих имени, фамилии и возраста. Воспитывать уважение к труду близких взрослых. Формировать положительную самооценку, образ Я (помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят). Развивать представления детей о своем внешнем облике. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей, формировать уважительное, заботливое отношение к пожилым родственникам. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.	1 неделя февраля «Мы умеем делать сами»	
Азбука безопасности 2-я неделя февраля	Расширение представления о правилах поведения в детском саду (не толкаться, не бегать по ступенькам, играть рядом с воспитателем, уходить из дет. Сада только с родителями) и так далее. Формировать дальнейшее представление о ПДД	2 неделя февраля «Правила движения»	2 неделя февраля Спортивное развлечение в зале «Физкульт — ура!»
День защитника	Знакомить детей с «военными» профессиями (солдат,	3 неделя февраля	

Отечества 3-я неделяфевраля	танкист, летчик, моряк, пограничник); с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине. Осуществлять гендерное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитание в девочках уважения к мальчикам как будущим защитникам Родины). Приобщать к русской истории через знакомство с былинами о богатырях. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	«Тренировка спасателей»	
Маленькие исследователи 4-я неделя февраля	Формирование у детей системы обследовательских действий адекватно предмету и обстановке Развитие у детей любознательности.	4 неделя февраля «Мы растем, стараемся — спортом занимаемся»	
<u>Март</u> **Международный женский день – 8 марта** 1-я неделя марта	Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям, другим сотрудникам детского сада. Расширять гендерные представления. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.	1 неделя марта «Мы- девчонки, мы - мальчишки»	
Миром правит доброта 2-я неделя марта	Формировать элементарные представления о том что хорошо и что плохо.	2 неделя марта «Приключения Колобка»	2 неделя марта . Спортивное развлечение в зале «Матрешки»
Весна шагает по стране	Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи	4 неделя марта «Все наоборот»	

3-я неделя марта	между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых весной в саду и огороде. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр		
Книжкина неделя 4 неделя **Всероссийская неделя музыки** 4 неделя	Обогащать читательский опыт детей (опыт слушания),способствовать восприятию и пониманию текста детьми, воспитывать интерес к фольклорным и литературным текстам, желание внимательно слушать Развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, интерес к разным видам музыкальной деятельности, воспитывать потребность в общении с музыкой		
Дружба 1-я неделя апреля	Формирование дружелюбного отношения друг к другу, умение проявлять отзывчивость и сочувствие к сверстникам.	1 неделя апреля «Ручеек»	
Космос 2-я неделя	Формировать у детей элементарные знания детей о том, что такое космос, дать знания о солнечной системе, планетах. Развивать внимание, память, мышление, речь	2 неделя апреля «Лисичка и зайчик»	2 неделя апреля Спортивное развлечение в зале «Все наоборот»
Встречаем птиц 3-я неделя апреля	Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых весной в саду и огороде. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.	3 неделя апреля «К нам возвращаются птицы»	
Волшебная вода	Расширять представления о свойствах воды	4 неделя марта	

4-я неделя апреля		«Ой, бежит, бежит вода»	
День пожарной охраны. Тематический урок ОБЖ			
День Победы! 2-я неделя	Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать уважение к ветеранам войны. Приучать к выполнению действий по сигналу.	2 неделя мая «Эй, ребята, стройтесь в ряд, выходите на парад»	2 неделя мая Спортивное развлечение в зале «Хорошо или плохо»
Мир природы 3-я неделя	Расширять представления детей о лете. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, Знакомить с летними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении в лесу. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.	3 неделя «мы туристы»	
Профессии	Знакомить детей с трудом взрослых разных профессий, расширять представление о значении труда для общества, о пользе каждой из профессий.	«Кот и мыши»	
Вот какие мы стали большие 4-я неделя	Воспитывать дружеские чувства детей, симпатию и привязанность друг к другу.	4 неделя «Физкультура — твой помощник»	

Комплексно-тематическое планирование физкультурных занятий на прогулке, спортивных развлечений и праздников в средней группе (от 4 до 5 лет) и соответствует ФГОС ДО

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Мотивация физкультурных занятий на прогулке	Итоговые мероприятия
Сентябрь **Здравствуй детский сад** 1-я неделя сентября **Неделя безопасности по ПДД**	Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей	1 неделя сентября «Светофор»	«Внимание дорога» Спортивное развлечение
Мой дом. Мой город, моя страна 2 неделя	Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к обучению. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: новое оборудование в спортивном зале, игровой комнате, покрашенное оборудование спортивной площадки), расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, инструктор по физкультуре).	2 неделя сентября «Как нам здорово дружить»	
Урожай 3 –я неделя		3 неделя сентября «Что собрали мы на грядке?»	
Краски осени 4-я неделя сентября	Расширять представления детей об осени. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе.	4 неделя сентября «Путешествие по лесу»	

	Формировать элементарные экологические представления.		
<u>Октябрь</u> **Животный мир** 1-я неделя октября **Я в мире человек** 2-я неделя октября **Народная культура и традиции** 3-я неделя октября **Наш быт** 4-я неделя октября	Формировать элементарные экологические представления о домашних и диких животных. Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Закреплять знание детьми своих имени, фамилии и возраста. Воспитывать уважение к труду близких взрослых. Формировать положительную самооценку, образ Я (помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят). Развивать представления детей о своем внешнем облике. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей, формировать уважительное, заботливое отношение к пожилым родственникам. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Расширять представления о народных традициях Знакомить с народными праздниками, играми.. Продолжать знакомить с устным народным творчеством.	1неделя октября «Помогите медвежонку» 2 неделя октября «Не ленись и не зевай, все задания выполняй» 3 неделя октября «Приключения Колобка» 4 неделя октября «Самые умелые, сильные и смелые»	1 неделя сентября Спортивное развлечение в зале «Не зевай, урожай собирай»
<u>Ноябрь</u> **Транспорт** 1-я неделя ноября **Здоровейка** 2-я неделя ноября **Кто как**	Расширять представления о видах транспорта и его назначении. Расширять представления о правилах поведения в городе, элементарных правилах дорожного движения. Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять представления детей о зиме. Развивать умение устанавливать простейшие связи	1 неделя ноября «красный, желтый, зеленый» 2 неделя октября «Русские богатыри»	1 неделя ноября День здоровья «Быть здоровым - здорово»

готовится к зиме 3-я неделя ноября **Неделя театра** 4-я неделя ноября	между явлениями живой и неживой природы. Продолжать знакомство детей со зрелищными видами искусства. Формирование первичных представлений о театре, атрибутах, развивать внимание, умение слушать речь взрослого, понимать содержание , развивать память	3 неделя ноября «Что нам нравится зимой» 4 неделя октября «Волшебная дудочка»	
<u>День матери</u> **<u>27.11.2020</u>**	Воспитывать любовь и нежное уважительное чувство к маме.		«Мамочка милая – мамочка моя»
<u>Декабрь</u> **Здравствуй зимушка зима** 1-2я неделя декабря **Новогодний калейдоскоп** 3-4 недели декабря	Расширять представления детей о зиме. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы, отражать ее в рисунках, лепке. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении людей зимой. Расширять представления о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики. Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы Нового года и новогоднего праздника.	1 неделя декабря «Здравствуй, зимушка-зима» » 2 неделя декабря «Что нам нравится зимой» 3 неделя декабря «Нам морозы не страшны» 4 неделя декабря «Вот, какая елка»	1 неделя декабря Спортивное развлечение в зале «Письмо Деду Морозу»
<u>Январь</u> **Святки. Колядки** 2 неделя **В гостях у сказки** 3-я неделя января **Этикет** 4-я неделя января	Знакомить детей с народными традициями зимних новогодних и рождественских торжеств, преподнесения подарков, гуляний, катания на лошадях, скоморошничества. Привнести настроение веселья, игр, новогодней сказочности. Расширять представления детей о зиме. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы.	3 неделя января «Мороз и солнце – день чудесный». 4 неделя января «Новогодние приключения»	3 неделя января Зимний спортивный праздник «Путешествие в зимнюю сказку»

	Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы, отражать ее в рисунках, лепке. Знакомить с зимними видами спорта.		
<u>Февраль</u> **Я и моя семья** 1-я неделя февраля **Азбука безопасности** 2-я неделя февраля **День защитника отечества** 3-я неделя февраля **Мы маленькие исследователи** 4-я неделя февраля	Знакомить детей с «военными» профессиями (солдат, танкист, летчик, моряк, пограничник); с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине. Осуществлять гендерное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитание в девочках уважения к мальчикам как будущим защитникам Родины). Приобщать к русской истории через знакомство с былинами о богатырях. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	1 неделя февраля «Мы растем, стараемся — спортом занимаемся» 2 неделя февраля «Тренировка спасателей» 3 неделя февраля «Для чего нужно здоровье»	1 неделя февраля Спортивное развлечение в зале «Будем Родине служить»
<u>Март</u> **Международный женский день – 8 марта** 1-я неделя марта **Миром правит доброта** 2-я неделя марта **Весна шагает по планете**	Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям, другим сотрудникам детского сада. Расширять гендерные представления. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения.	1 неделя марта «Мы- девчонки, мы - мальчишки» 2 неделя марта «Приключения Колобка» 3 неделя марта «Сильные и смелые берутся за любое дело» 4 неделя марта «Весну красную встречаем»	1 неделя марта День здоровья «не захотим – не заболеем»

3-я неделя марта **Книжкина неделя** **Всероссийская неделя музыки** 4-я неделя марта	Продолжать развивать интерес детей к литературе воспитывать желание к постоянному общению с книгой. Учить детей выполнять упражнения под музыку.		
<u>Апрель</u> **Дружба** 1-я неделя апреля **Космос** 2-я неделя апреля **Встречаем птиц** 3-я неделя апреля **Волшебная вода** 4-я неделя апреля	Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей, формировать уважительное, заботливое отношение к пожилым родственникам. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых весной в саду и огороде. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.	1 неделя мапреля «Мы умеем делать вместе» 2 неделя апреля «Пришельцы» 3 неделя апреля «К нам возвращаются птицы» 4 неделя апреля «Ой, бежит, бежит вода»	1 неделя апреля Спортивное развлечение в зале «Все наоборот»
<u>Май</u> **День Победы** 2-я неделя мая **Мир природы**	Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать уважение к ветеранам войны. Приучать к выполнению действий по сигналу. Знакомить детей с трудом взрослых разных профессий,	2 неделя мая «Эй, ребята, стройтесь в ряд, выходите на парад» 3 неделя мая «Во саду-ли, в огороде» 4-я неделя мая	1 неделя мая Спортивное развлечение в зале «Хорошо или плохо»

Профессии 3-я неделя мая **Вот какие мы большие** 4-я неделя мая	расширять представление о значении труда для общества, о пользе каждой из профессий. Воспитывать дружеские чувства детей, симпатию и привязанность друг к другу.	«Воробышки»	

Комплексно-тематическое планирование физкультурных занятий на прогулке, спортивных развлечений и праздников в старшей группе (от 5 до 6 лет) и подготовительной (6-7 лет) соответствует ФГОС ДО

Тема	Педагогические задачи	Мотивация физкультурных занятий на прогулке	Итоговые мероприятия
День знаний Неделя безопасности по ПДД 1 неделя сентября **Мой дом. Мой город, моя страна, моя планета** 2-я неделя сентября **Урожай** 3 –я неделя сентября	Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книгам. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Систематезировать знания детей по правилам дорожного движения, прививать навыки правильного поведения на улицах города, во дворе и городском транспорте. Соблюдать и выполнять осознанно правила дорожного движения. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения в спортивном зале, на спортивной площадке), расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (инструктор по физкультуре врач,). Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать познавательный интерес, интерес к школе, к книгам.	1 неделя сентября «Правила соблюдать – в беду не попадать» 2 неделя сентября сдача нормативов по бегу 3 неделя сентября сдача нормативов по прыжкам в длину с места 4 неделя сентября сдача нормативов по прыжкам	1 неделя сентября Праздник «День знаний» 3-я неделя сентября «Осенняя пора!»

Краски осени 4-я неделя сентября	Закреплять знания о школе, о том, зачем нужно учиться, кто и чему учит в школе, о школьных принадлежностях и т. д. Формировать представления о профессии учителя и «профессии» ученика, положительное отношение к этим видам деятельности. Формировать потребность в двигательной деятельности. Совершенствовать технику основных движений Расширять знания детей об осени. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе. Формировать обобщенные представления об осени как времени года, Продолжать формировать умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.		
Животный мир 1-я неделя октября **Я в мире человек** 2-я неделя октября **Народная культура и традиции** 3-я неделя октября **Наш быт** 4-я неделя октября	Расширять знания детей об осени. 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.	1 неделя октября сдача нормативов по метанию «Самые умелые, сильные и смелые» 2 неделя октября «Я вырасту здоровым» 3 неделя октября «Спорт нужен, всем, кто дружен» 4 неделя октября «Здоровому все здорово»	1 неделя день Здоровья « В здоровом теле – здоровый дух» 3 неделя октября Спортивное развлечение в зале «Парад победителей» подведение итогов Детской спартакиады, награждение победителей
Транспорт 1-я неделя ноября **Здоровейка**	Продолжать знакомить детей с разными видами транспорта. Упражнять детей в беге, умении действовать по сигналу. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с	1 неделя ноября «Нам не надо помогать, мы все умеем делать сами»	3 неделя ноября Спортивное развлечение в зале «Красные пилотки»

2-я неделя ноября **Кто как готовится к зиме** 3-я неделя ноября **Неделя театра** 4-я неделя ноября	элементами соревнования, играх-эстафетах. Закрепить материал о поведении животных и птиц перед наступлением зимы. Продолжать знакомство детей со зрелищными видами искусства. Формирование представлений о театре, атрибутах, развивать внимание, умение слушать речь взрослого, понимать содержание , развивать память	2 неделя ноября «Не ленись и не зевай, все задания выполняй» 3 неделя ноября Кто как готовится к зиме 4неделя ноября « В гостях у сказки»	
27.11.2020 **День матери**	«А ну-ка мамы»		
Здравствуй зимушка зима 1-2 я неделя декабря **Новогодний калейдоскоп** 3-4 недели декабря	Развивать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Знакомить с традициями празднования Нового года знакомить с зимними видами спорта. Учить ходить на лыжах кататься на санках Учить ориентироваться в пространстве. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию	1 неделя декабря «Мы мороза не боимся» 2 неделя декабря «Не ленись, на лыжи становись» 3 неделя декабря «Снежная Крепость» 4 неделя декабря «Зимние забавы»	3 неделя декабря Спортивное развлечение в зале «Что нам нравится зимой»
Святки. **Колядки.** 2-я неделя января	Создать атмосферу праздника, знакомить с традициями, приучать к фольклору. Продолжать знакомить с зимой, с зимними видами спорта.	3 неделя января «На меня равняйся, спортом занимайся»	3 неделя января Зимний спортивный праздник «Зимняя сказка»

В гостях у сказки 3-я неделя января **Этикет** 4-я неделя января	Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы , о безопасном поведении зимой. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость,ловкость, гибкость. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Добиваться естественности, легкости, точности, выразительности выполнения движений	4 неделя января «Волшебные картинки»	
27.01.2021	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады		
Я и моя семья 1-я неделя февраля **Азбука безопасности** 2-я неделя февраля **День защитника отечества** 3-я неделя февраля **Маленькие исследователи** 4-я неделя февраля	Расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы. Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), бое-вой техникой. Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения	1 неделя февраля «Не легко подняться в горку» 2 неделя февраля «Мороз и солнце – день чудесный». 3 неделя февраля «Со спортом дружить — смелым быть» 4 неделя «Мороз спортсмену не помеха».	3 неделя февраля Спортивное развлечение в зале «Жить-Родине служить»
Международный женский день – 8 марта 1-я неделя марта	Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять гендерные представления, воспитывать у мальчиков представления о том, что мужчины должны	1 неделя марта «Мы девчонок не обидим» 2 неделя марта «Гори-гори ясно»	3 неделя марта спортивное развлечение в зале «Как у наших у ворот» 4 неделя марта День здоровья

Миром правит доброта 2-я неделя марта **Весна шагает по планете** 3-я неделя марта Книжкина неделя Всероссийская неделя музыки 4- неделя марта	внимательно и уважительно относиться к женщинам. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.	3 неделя марта «Солнечные лучики» 4 неделя марта «К нам весна шагает»	«Веселые соревнования»
Дружба 1-я неделя апреля **Космос.** 2-я неделя апреля **Встречаем птиц** 3-я неделя апреля **Волшебная вода** 4-я неделя апреля	Воспитывать умение понимать, оценивать чувства и поступки других. способность поддерживать друг друга в командах (эстафеты, конкурсы). Воспитывать умение понимать, оценивать чувства и поступки других. способность поддерживать друг друга в командах (эстафеты, конкурсы). Формировать обобщенные представления о весне как времени года, о приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны; о прилете птиц; о связи между явления-ми живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в приро-де Учить спортивным играм и упражнениям	1 неделя апреля «Дружат люди всей земли» 2 неделя апреля «Вместе в космос полетим» 3 неделя апреля «Весна, весна на улице, весенние деньки» 4 неделя апреля «Ручеек»	3 неделя апреля Спортивное развлечение в зале «Большое космическое путешествие»
День Победы 2-я неделя мая **Мир природы**	Воспитывать дошкольников в духе патриотиз-ма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Знакомить с памятни-ками героям Великой Отечественной войны.	2 неделя апреля «Мы- защитники России» Спартакиада	3 неделя мая Спортивное развлечение в зале «Страна, где нет войны»

3-я неделя мая **Профессии** **4-я неделя** **Вот какие мы стали большие** 4-я неделя мая **До свидания, детский сад. Здравствуй школа!** Для детей подготовительной подгруппы. 4-я неделя мая	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Формировать у детей обобщенные представ-ления о весне, приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны; о прилете птиц; о связи между явлени-ями живой и неживой природы Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Формировать у детей обобщенные представ-ления о лете как времени года; признаках лета. Расширять и обогащать представления о летних видах спорта, знакомить со значимыми событиями в области спорта, с героями спорта. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Организовывать все виды детской деятельности вокруг темы прощания с детским садом и поступления в школу. Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему поступлению в 1-й класс. Развивать психофизические качества (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость) посредством игр и игровых упражнений. Развивать координацию движений, умение ориентироваться в пространстве	3 неделя мая «Тренировка спасателей» 3 неделя мая сдача нормативов 4 неделя мая Сдача нормативов	

<u>План летней оздоровительной рабоы на 2023 год.</u>

Задачи:

1. Формировать здоровый образ жизни, познавательную активность.
2. Укреплять здоровье детей, используя естественные природные факторы (вода, солнце, воздух).
3. Совершенствовать различные виды движения в естественных природных условиях, развивать выносливость, координацию движений, ловкость.

Работа с родителями: Консультации для родителей, советы родителям.

Формы работы	Содержание	Время проведения	Место проведения	Возрастная группа	Ответственные
Утренняя гимнастика **Цель:** повышение работоспособности детского организма, развитие моторики, формирование правильной осанки.	1.Простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений: 1.1. С предметами. 1.2.Без предметов. 1.3.На формирование правильной осанки. 1.4.Имитационного характера. 1.5.Ритмичекие упражнения.	Ежедневно, соответственно режиму дня на тёплый период года.	На воздухе, в музыкально-спортивном зале	Все возрастные группы	Воспитатели. Инструктор по физической культуре. Муз рук-ль

Занятия по физической культуре. **Цель:** организованно, систематически закреплять с детьми навыки выполнения физических упражнений, приобретённых в течении года. Исключать возможность переутомления детей.	Общеразвивающие упражнения, основные виды движения, игры подбираются в зависимости от знаний и умений детей, их возрастных и физических возможностях. Виды занятий: -традиционное: -сюжетно – игровое.	Согласно сетке занятий на тёплый период года	На воздухе, в музыкально-спортивном зале	Все возрастные группы	Воспитатели. Инструктор по физической культуре
Спортивные развлечения. **Цель:** закреплять у детей умения выполнять общеразвивающие упражнения с предметами, с музыкальным сопровождением, подбирать игры с элементами соревнования, организовывать сюрпризные моменты. Предоставить детям возможность продемонстрировать свои умения в беге, прыжках, метании. Учить проявлять физические каче-	Тема: **«Пусть всегда будет солнце»** Развлечение «День защиты детей»	01.06.2023 02.06.2023	На воздухе	Все возрастные группы	Воспитатели. Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель.
	Тема: **«Здравствуй, лето»** Лето красное, до чего прекрасное! Беседы: «как вести летом на суше и в воде.» «Играем с солнышком» подвижные игры на воздухе 1.Развлечение «Лето красное пришло, что готовит нам оно?»	Первая неделя 06.2023		Все группы Все группы	Инструктор по физической культуре, муз. Рук-ль

ства: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.	Тема: **«Здоровей-ка»** 1. «Поле чудес» - игры, конкурсы загадки на здоровый образ жизни. 2. « Мой веселый звонкий мяч» 3.Музыкально – спортивный праздник «Россия – чемпионка» посвященный Дню России.	Вторая неделя 06.2023		Старший возраст Младшие группы Все группы	Инструктор по физ-кой культуре. Воспитатели. Инструктор по физ-кой культуре. Муз. рук-ель, Инструктор по физ-кой культуре. Воспитатели
	Тема: «Любимые игры, игрушки» Развлечение «Игрушки» Тема: «Неделя добрых дел» « Веселые эстафеты»	Третья неделя 06.2023		Ранний возраст Все группы сада	Инструктор по физ - ой культуре Инструктор по физ - ой культуре
	Тема: **«Экологическая неделя»** 1. «Закаляка» Презентация.	Четвертая неделя 06.2023		Все группы сада	Инструктор по физической культуре

	2. «Закаляйся: обтирайся, обливайся, купайся!» « Праздник мыльных пузырей»				Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
Июль					
	Тема: «Правила эти очень нужны, правила эти знать мы должны 1. Беседа с детьми: « Что такое дорога?», «Виды транспорта». 2. Подвижные игры по теме ПДД Развлечение: « Светофор - Светофорыч»	Первая неделя 07.2023		Все группы	Инструктор по физической культуре Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели

	Тема: «Закаляка» 1. Воздух нам необходим, потому что дышим им. 2. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!!!» Развлечение: «В гости к нам Нептун пришел»	Вторая неделя 07.2023		Все группы Все группы	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели

Спортивные развлечения. **Цель:** закреплять у детей умения выполнять общеразвивающие упражнения с предметами, с музыкальным сопровождением, подбирать	Неделя добрых дел дошкольные группы «Любимые игры и игрушки» «Трамвай», «Светофор»	Третья неделя 07.2023	На воздухе в музыкально-спортивном зале	Ранний возраст	Воспитатели.

игры с элементами соревнования, организовывать сюрпризные моменты. Предоставить детям возможность продемонстрировать свои умения в беге, прыжках, метании. Учить проявлять физические качества: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.	«Заря-Заряница», «попади в воротики»			Младший возраст Старший возраст	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Развлечение «Волшебная ромашка» игровое мероприятие	20.07.2023	На воздухе	Все группы	
	Неделя радужная «Здравствуйте» «Солнце и тучка» «Любимый цвет»	Четвертая неделя 07.2023 Четвертая неделя 07.2023 Четвертая неделя 07.2023	На воздухе На воздухе	Младший возраст Старший возраст Младший возраст	Инструктор по физической культуре Воспитатели, музыкальный рукль, инструктор ФИЗО
	Развлечение Дискотека-смехотека «Смейся на здоровье»	27.07.2023	На воздухе	Все группы	

	Неделя природы «Найди свой цвет» «Солнышко и дождик» «Ловишка» «К названному цветку лети»	Первая неделя 08.2023 07.2023 08.2023 08.2023 01.07.2023	На воздухе На воздухе На воздухе На воздухе	младший возраст младший возраст старший возраст старший возраст	Инструктор по Ф.К.
	«У природы нет плохой погоды»	03.08.2023	На воздухе	Все группы	Муз. рук-ель, Инструктор по физкой культуре. Воспитатели
	Осторожно пешеход «Светофор» «Жили у бабуси» «Цветные автомобили» «Автобусы»	Вторая неделя 07.2023 08.2023 08.2023 08.2023 08.2023	На воздухе На воздухе На воздухе На воздухе	Младший возраст Младший возраст Старший возраст Старший возраст	Инструктор по Ф.К.

	«Приключение кота Леопольда»			Все группы	Муз. рук-ель, Инструктор по физкой культуре. Воспитатели
	«Неделя здоровья» «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья!» «Мы туристы» «Режим дня для здоровья» «Будешь ты здоров всегда, коль здоровая еда. Овощи и фрукты – полезные продукты» «Будь здоров»	Третья неделя 08.2018 08.2023 08.2023 08.2023 08.2023 08.2023	 На воздухе На воздухе На воздухе На воздухе На воздухе	Все группы	Инструктор по Ф.К.
	Спортивный праздник «Будь здоров»	08.2023	На воздухе	Все группы сада	Воспитатели, Инструктор по физ - ой культуре
	Неделя вкусного лета «Мы белые барашки», «Жили у бабуси» «Солнце и тучка», «Солнце, ветер, туча, дождь».	Четвертая неделя 08.2023		Младший возраст Старший возраст	

	Развлечение «Что в августе соберешь, с тем и зиму проведешь»	08.2023	На воздухе	Все группы	Воспитатели, Муз. Руководитель, Инструктор по физической культуре
	Неделя прощания слетом «Лиса в курятнике» «Мы с друзьями», Игры на внимание Музыкально-спортивный праздник «До свиданья лето»	08.2023 Последний день августа 08.2023	На воздухе	Младший возраст Старший возраст Все группы	музыкальный руководитель, воспитатели Инструктор по физической культуре,

Занятия по физической культуре

Цель: организовано, систематически закреплять с детьми навыки выполнения физических упражнений, приобретенных в течении года. Исключать переутомления детей.

Спортивные развлечения.

Цель: закреплять у детей умения выполнять общеразвивающие упражнения с предметами, с музыкальным сопровождением, подбирать игры с элементами соревнований, организовывать сюрпризные моменты. Предоставлять детям возможность продемонстрировать свои умения в беге, прыжках, метании. Учить проявлять физические качества: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.

Использование здоровьесберегающих технологий на физкультурных занятиях

Учебно-тематический план

№	Раздел	Содержание разделов	Дидактические игры и упражнения	Количество часов		
				общ	трен	пра

	Строевые упражнения	• Построение в шеренгу и в колонну • Перестроение в круг • Бег по кругу и по ориентирам «змейкой» • Перестроение из одной шеренги в несколько • Перестроение «диагональ»	• «Солдаты» • «Матрешки на полке» • «Хоровод» • «У каждого свой домик» • «Поздороваемся» • «Поменяемся местами»	В течении года 54 занятия		
	Эмоциональная разминка	• Упражнения под музыкальное сопровождение	• «Козлик» • «Спортивная ходьба»	9	1	8
				9	1	8
				18 занятий		
	Профилактика плоскостопия	• Ходьба на носках ,на пятках, на наружных сторонах стоп, по массажным коврикам • Специальные упражнения	• «Пяточки» • «Гусеница» • «Барабанщик» • «Окно» • «Мельница» • «Маляр» • «Серп» • «Кораблик» • «Каток»	В течении года 72 занятия		
				4 4 4 4 4 4 4 4 4 36 занятий	1 1 1 1 1 1 1 1 1	3 3 3 3 3 3 3 3 3
	Общеразвивающие упражнения	• Упражнения без предметов • Упражнения с предметами		9 раз в год 36 раз в год		

		• Упражнения под музыкальное сопровождение • Упражнения в движении		18 раз в год 9 раз в год всего 72 занятия
	Образно-игровые упражнения	• Ходьба: бодрая, • Ходьба спокойная, на носках, на пятках • Ходьба вперед и назад спиной, • Высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках • Бег – легкий • Бег широкий (волк) • Бег острый • Прыжковые движения с продвижением вперед • Прямой галоп, подскоки	• «Медведи и медвежата» • «Пингвины» • «Раки» (спиной назад) • «Гуси и гусеницы» • «Слоны» • «Бежим по горячему песку» (острый бег) • «Зайцы» • «Белки» (прыжки и подскоки) • «Лягушата» • «Лошадки» (прямой галоп)	В течении года
	Игрогимнастика	• Группировка в положении лежа и сидя; • Перекаты вперед-назад; • Сед ноги врозь широко; • Растяжка ног; • Упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях.	• «Камушки» • «Кочки» • «Улитка» • «Побежали пальчики» • «Яблочко» • «Бревнышко» • «Бабочка» • «Верблюд» • «Корзинка» • «Змеи» • «Пантеры» • «Рыбка»	В течении года

		• С использованием музыкального сопровождения.	• «Бегемоты» • «Кран подъемный, • Передай мяч	4 4 8 занятий	1 1	3 3
	Музыкально-подвижные игры	• игры на определение динамики музыкального произведения; • игры для развития ритма и музыкального слуха; • подвижные игры; • игры-превращения;	• «Ворон» • «Круг, колонна, шеренга» • «Цветные автомобили» • «Медведь и пчелы» • «Поздороваемся» • «Ракета» • «Сделай фигуру» • «Ровным кругом»	4 4 4 4 4 4 4 4 24 занятия	1 1 1 1 1 1 1 1	3 3 3 3 3 3 3 3
	Дыхательная гимнастика	Упражнения, способствующие обучить ребенка вдыхать носом, выдыхать ртом	• «Ветер» • «Воздушный шар» • «Насос» • «Паровоз» • «Гуси шипят» • «Волны шипят» • «Ныряние» • «Подуем»	8 8 8 8 8 8 8 8 72 занятия	2 2 2 2 2 2 2 2	6 6 6 6 6 6 6 6
	Игровой самомассаж	• Массаж рук	• «Добываем огонь» • «Мы погреем наши ручки» • «Колобок»	4 4 4	1 1 1	3 3 3

		• Массаж головы • Массаж спины • Массаж ног • Комплексный массаж	• «Очень весело живем» • «Наши ручки отдохнут» • «Где же ручки» • «Ежик» • «Веселый дождик» • «Два веселых гуся» • «Черепаха» • «Про лягушат» • «Козленок» • «Петушок» • «Солнышко»	4 4 4 4 4 4 4 4 4 6 6 60 занятий	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	3 3 3 3 3 3 3 3 3 5 5
	Игроритмика Специальные упражнения для согласования движений с музыкой	• хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет • только на 1-ый счет • выполнение движений руками в различном темпе • различие динамики звука «громко-тихо».	• «Ты похлопай» • «Топотушки» • «Лошадки бьют копытом» • «Ловим комаров» • «Пушистые снежинки»	4 4 4 4 4 20 занятий	1 1 1 1 1	3 3 3 3 3
	Креативная гимнастика	• упражнения, направленные на развитие выдумки; воображения творческой инициативы.	• «Море волнуется раз» • «Зеркало» • «Угадай кто я» • «Раз, два, три замри» • «Ледяные фигуры»	4 4 4 4 4	1 1 1 1 1	3 3 3 3 3

				20 занятий		
	Релаксация	• Упражнения на расслабление после высокой физической нагрузки	• «Котята» • «Воздушные шарики» • «Солнышко» • «Сосульки» • «Снежинки» • «Дотянись до радуги» • «Пушинка» • «Жучок» • «Жарко-холодно»	1 раз в месяц 9 занятий		

Этапы освоения Программы

младшая группа

Планируемый результат к концу года

Ребенок ходит прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполняет задания воспитателя: остановиться, приседает, поворачивается. Бегает, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдает темп бега в соответствии с указанием воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы. Ползает на четвереньках, лазает 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. Катает мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает его вверх 2-3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м. Умеет выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Средняя группа от 4-5 лет

Планируемые результаты к концу года

Ребенок осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно выполнить физическое упражнение. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и инструктором, контролирует и соблюдает правила. Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых физических упражнений, передаёт образы персонажей в подвижных играх.

Старшая группа дети от 5-6 лет
Планируемые результаты к концу пятого года:

Ребёнок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, ору спортивных упражнений). В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Стремится к лучшему результату. В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Подготовительная группа дети от 6-7 лет
Планируемые результаты к концу шестого года:

Самостоятельно, быстро и организованно строится и перестраивается в движении. Выполняет общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений. Выполняет упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями. Сохраняет динамическое и статическое равновесие в сложных условиях.
Сохраняет скорость и заданный темп бега. Ритмично выполняет прыжки, мягко приземляется, сохраняет равновесие после приземления.
Отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами. Энергично подтягивается на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазает по гимнастической лестнице.

Организовывает игру с подгруппой сверстников. Ведет и передает мяч другому в движении. Контролирует свои действия в соответствии с правилами.
Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа, стремится к неповторимости в своих движениях.
Постоянно проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознаёт зависимость между качеством выполнения упражнений и его результатом, к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Педагогическая диагностика

Реализация ООП ДОУ предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — индивидуальные карты наблюдений физического развития. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
2) оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика в области «Физическое развитие» проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и в конце (апрель-май).

Уровни освоения Программы

Низкий
Движения ребенка импульсивные, напряженные, скованные. Плохо скоординированные. Реакция на сигнал замедленная, в играх и упражнениях малая активность. Часто требуется помощь воспитателя.

Средний
Движения ребенка приобретают произвольность. Согласованность. Менее скованы и напряжены. Ребенок улавливает общую структуру и темп движения, реагирует на сигнал, в подвижных играх активен, эмоционален, иногда нуждается в помощи воспитателя.

Высокий
Большинство осваиваемых движений выполняется ребенком активно. Наблюдается согласованность в движениях рук и ног. Ребенок хорошо реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним. Выдерживается заданный темп. Проявляет положительное эмоциональное отношение к двигательной деятельности, самостоятельно воспроизводит ранее освоенные движения.

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта, для каждой группы заполняется сводная таблица.

Индивидуальная карточка

ФИО ребенка		Группа здоровья	

Выполнение нормативов

год	Бег на скорость			Прыжки в дл с места		Прыжки в дл с разб		Прыжки в высоту		Метание			
	10	20	30	нач	кон	нач	кон	нач	кон	пр	лев	пр	лев
3 — 4	/												
4 — 5		/											
5 — 6			/										

6 — 7			/										

Дополнительные сведения

_____

_____

_____

Сводные таблицы мониторинга по группам
младшая группа

№	ФИ ребенка	Дата рождения	Гр здор	Бег 9,0-10,0		Прыжки в дл. с места		Метание 2-5			Средний балл
				результат	балл	результат 40	балл	правая	левая	балл	
1											
2											
Итого по группе											

Средняя группа

№	ФИ ребенка	Дата рожд	Гр.зд	Бег 20м 6,0-6,5		Прыжки в длину с места 70		Метание 3,5-5,5			Равновесие стойка на 1 ноге (секунды) 3,3-5,1		Приседание за 30секунд 10-15		Средн ий бал
				рез	балл	рез	балл	правая	левая	балл	рез	балл	рез	балл	
1															
2															
Итого по группе															

Старшая группа

№	ФИ ребенка	Дата	Гр зд	Бег на	Прыжки в длину	Равновесие	Приседания	Прыжки в	Метание на	Средн

		рожд		скорость 30 м 8,5-7,5		Место 80		Разбег 100		стойка на 1 ноге (сек) 7,0-11		за 30сек 20		высоту с разбега 30-40		дальность 5-9		бал
				рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	
1																		
2																		
Итого по группе																		

Подготовительная группа

№	ФИ ребенка	Дата рожд	Гр зд	Бег на скорость 7,5-6,5		Прыжки в длину				Прыжки в высоту с разбега 50		Равновесие стойка на 1 ноге (сек) 40-60		Приседание за 30секунд 20-25		Брос + хлоп 10 раз		Метание на дальность 6-12		Сред бал
						Место 100		Разбег 180-190												
				рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	пр л	балл	
1																				
2																				
Итого по группе																				

Динамическая коррекция движений

задания и возрастные показатели

4 года: попрыгать на двух ногах, прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, поймать мяч, присесть руки в сторону

5 лет: попрыгать на двух ногах, на левой ноге, на правой ноге0 прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, из-за головы, поймать мяч, перепрыгнуть через большую мягкую игрушку

6 лет: попрыгать на двух ногах, на левой ноге, на правой ноге (прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, из-за головы, подбросить и поймать мяч, влезть на гимнастическую стенку

и слезть с нее.
Выводы
- выполняет верно со второго-третьего раза
- напрягается, движения рук, ног скованные
- чередование шага и хлопка не удается
- приседания не выполняет
- выполняет с напряжением, раскачиваясь, балансируя туловищем и руками

Переключаемость движений и самоконтроль
задания:
- поднять руки в стороны на уровень плеч, согнуть их в локтях, коснуться плеч, разогнуть руки, поставить на пояс, присесть, встать, руки опустить вдоль туловища
- пройти по кругу шагом, подскоками, бегом и вновь шагом (характер движений менять по сигналу)
- повторить три движения по показу (руки вперед, в стороны, на пояс или вверх, перед грудью, вниз)
- повторить упражнение с отставанием на одно
- повторить упражнения, за исключением одного движения

Выводы:
- замедленная, отсутствует
- последовательность выполнения движений нарушена

Темп движения
задания:
- в течение определенного отрезка времени удержать заданный темп в движения рук, показываемых педагогом. Затем по сигналу предлагается выполнять движения мысленно, а по следующему сигналу (хлопку) показать, на каком движении испытуемый остановился (движения рук вперед, вверх, в стороны, на пояс, опустить)

выводы :
- замедленный (между отдельными движениями наблюдаются паузы в 3-5 секунд)
- ускоренный (движения выполняются настолько быстро, что предыдущее движение еще до конца не выполнено, а ребенок начинает выполнять последующее движение)

Пространственная ориентация движений
задания:
- пройти по кругу, в обратном направлении, через круг
- начать ходьбу от центра круга направо по кругу, пройти по кругу, вернуться в центр круга слева
- пройти зал из правого угла через центр по диагонали, обойти зал вокруг, вернуться в правый угол по диагонали через центр из противоположного угла
- повернуться на месте вокруг себя и подскоками пробежать по залу начиная движение справа, то же слева
- проделать эти же движения по словесной инструкции

выводы:
- (не) знает стороны тела
- (не) знает ведущую руку
- (не) уверенно выполняет задания

Произвольность движений
задание: маршировать и останавливаться внезапно по сигналу

Выводы:
- движения сформированы по возрасту
- не сформированы по возрасту, недостаточность общей моторики, моторная ограниченность
- координация рук и ног (сохранена, нарушена, замедленная, движения выполнены не одновременно; неточно; общая заторможенность движений; двигательное беспокойство)
- объем движений (не полный)
- темп замедленный (между отдельными движениями наблюдаются паузы в 3-4 секунды), ускоренный (движения выполняются настолько быстро, что предыдущее движение еще до конца не выполнено, а ребенок начинает выполнять последующее движение)
- произвольность торможения (не останавливается по сигналу, продолжает идти дальше); переключение движений и самоконтроль (замедленное, отсутствует; последовательность выполнения движений нарушена);

- самостоятельность выполнения (с помощью взрослого)
- наличие сопутствующих движений (синкенезий)

Работа с родителями (законными представителями)

Цель: Знакомить родителей (законных представителей) с формами физкультурно-оздоровительной работы , с нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями, привлекать родителей к совместным творческим проектам, направленным на пропаганду здорового образа жизни, формировать ответственность за сохранность здоровья детей.

Перспективный план работы с родителями (законными представителями)

Дата	Форма организации работы	Тема	Ответственный
Сентябрь	Консультация Презентация (старшие группы)	«Спортивная форма вашего малыша» «Портфолио здоровья»	Инструктор ФК Воспитатель
Октябрь	Анкетирование родителей Конкурс рисунков (совместное творчество детей и родителей)	«Какое место занимает физкультура в вашей семье?» «Любим спортом заниматься»	Инструктор ФК Воспитатель
Ноябрь	Консультация	«Способы закаливания детей дошкольного возраста»	Инструктор ФК
Декабрь	Консультация Опрос	«Подвижные игры зимой на воздухе» «С какого возраста надо знакомить дошкольника со строением человека»	Инструктор ФК
Январь	Консультация	«Берегите зрение»	Инструктор ФК

	Творческий проект	«Дерево здоровья»	
Февраль	Фотовыставка Консультация	«Физкульт-Ура!»» «Для чего ребенку соблюдать режим дня»	Инструктор ФК
Март	Презентация Лепбук здоровья Консультация (нетрадиционные формы физического развития»	«Летние виды спорта» «Вера в свое Я»	Инструктор ФК Воспитатель
Апрель	Консультация Творческий проект (составление карточек-схем)	«Играем в мяч» «Школа мяча»	Инструктор ФК Воспитатель
Май	Консультация	«Как весело и с пользой провести лето!»	Инструктор ФК

Перечень программ и технологий

Программа	Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой
Технологии и пособия	Э.Я. Степаненкова «Физическое воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет . изд. Мозаика-Синтез Москва 2008 г. А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» Москва, «Просвещение» 1978 г. Е.Н.Верник, С.Г. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Творческий центр. Москва 2009 г. М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» Издательство Аркти Москва, 1997 г. Ж. Е.Фирилева , Е. Г.Сайкина «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 2000 Т.А. Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» Творческий центр. Москва 2005 г. М.П. Голощекина «Лыжи в детском саду» Москва, «Просвещение» 1977 г. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» Москва, «Просвещение» 1984 г.

	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г О.Н. Моргунова « Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» Воронеж 2007 г. Д.В. Хухлаева «Методика Физического воспитания в дошкольных учреждениях» «Просвещение» 1984 г Е.К. Воронова «Игры - эстафеты для детей 5-7 лет» Издательство Аркти Москва, 2009 г. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста» С-Пб изд. «Акцидент» 1999 г. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина «Игры и развлечения детей на воздухе» Москва,«Просвещение» 1983 г Ю.А. Афонькина, Н.А. Кочугова «Технологии деятельности учителя-логопеда на логопункте ДОУ» (коррекционная педагогика) Москва изд Аркти 2012 год

Приложение

Календарный план воспитательной работы

Мероприятия	Возраст	Время проведения	Направление	Ответственный
Организация РППС				
Альбомы «Моя семья» «Профессии родителей», «Моя малая Родина», «Народные промыслы»	Все группы	В теч.года	Духовно-нравственное Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Защита дизайн-проектов воспитательной предметно-пространственной среды группы (на выбор):	Все группы	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание бережного отношения к природе	Старший воспитатель Воспитатели

1.«Гибкое зонирование помещения группы на основе гендерного подхода». 2.«Использование воспитательного потенциала участков детского сада».			Трудовое воспитание	
Оформление уголка по нравственному воспитанию «Сундучок добрых дел».	3-7	В теч.года	Духовно-нравственное	Старший воспитатель Воспитатели
Изготовление атрибутов к играм, лэпбуки, элементов костюмов в «Мастерской профессий».	Все группы	В теч.года	Трудовое воспитание	Воспитатели
Разработка современных объектов РППС (развивающие модульные подвесы, лэпбуки, макеты и др.).	Все группы	В теч.года	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание бережного отношения к природе Трудовое воспитание Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели
Пополнение родительских уголков по теме «Воспитание в семье».	Все группы	В теч.года	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание бережного отношения к природе Трудовое воспитание Воспитание здорового ребёнка	
«Традиции детского сада» (праздники, досуги, акции)				
Праздник «Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»	Все группы	Сентябрь	Духовно-нравственное воспитание	Музыкальный рук-ль Воспитатели
Экологическая акция «Земля наш дом-пусть чисто будет в нём» (месячник по благоустройству)	3-7	Сентябрь	Воспитание бережного отношения к природе	Специалисты Воспитатели
Тематическое мероприятие «День здоровья»	3-7	Октябрь	Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели

				Инструктор по физ.культуре
Спортивный досуг «Папа, мама, я спортивная семья»	5-7	Октябрь	Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Тематическое мероприятие «День пожилого человека»	4-7	Октябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Воспитатели
Акция по безопасности дорожного движения «Засветись»	Все группы	Октябрь	Воспитание здорового ребёнка Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Досуг «День народного единства».	5-7	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Воспитатели
Театральная неделя	Все группы	Ноябрь	Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Воспитатели
Акция к дню памяти жертв ДТП «Жизнь без ДТП»	Все группы	Ноябрь	Воспитание здорового ребёнка Гражданско-патриотическое	Воспитатели
День Матери	4-7	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Воспитатели
Экологическая акция «Кормушка для птиц».	Все группы	Декабрь	Воспитание бережного отношения к природе	Воспитатели
Акция по ПДД «Правильный новый год»	Все группы	Декабрь	Гражданско-патриотическое Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели
Тематические мероприятия «Святки-Колядки».	Все группы	Январь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели

Комплекс досуговых мероприятий «Зимние забавы».	Все группы	Январь	Воспитание здорового ребёнка	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Акция «Дети о блокаде»	5-7	Январь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели Музыкальный рук-ль
Тематический праздник «День защитника Отечества».	4-7	Февраль	Гражданско-патриотическое	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Праздник «8 Марта».	Все группы	Март	Духовно-нравственное	Воспитатели Музыкальный рук-ль
Фольклорное развлечение «Широкая Масле-ница».	Все группы	Март	Духовно-нравственное	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Тематические мероприятия в рамках «Книжной недели».	Все группы	Апрель	Духовно-нравственное Трудовое воспитание	Воспитатели
Акция «Скорость-не главное!»	Все группы	Апрель	Гражданско-патриотическое Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели
Фестиваль детского творчества «Кем быть?».	4-7	Апрель	Гражданско-патриотическое Трудовое воспитание	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Физкультурный досуг «Космические старты»	5-7	Апрель	Гражданско-патриотическое	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели

Социальная акция «Открытка для ветерана».	Все группы	Апрель	Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Спортивно-музыкальный досуг «День Победы»	5-7	Май	Гражданско-патриотическое	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Праздник «День рождение города»	4-7	Май	Гражданско-патриотическое	Воспитатели Музыкальный рук-ль
Досуг «Эколята-юные защитники природы»	3-7	Май	Воспитание бережного отношения к природе	Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Спортивный праздник «Россия-чемпионка»	Все группы	Июнь	Гражданско-патриотическое	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Выставки, конкурсы				
Творческая выставка «Чудеса из грядки»	Все группы	Октябрь	Воспитание бережного отношения к природе Духовно-нравственное	Воспитатели
Фотоконкурс с участием родителей «Здоровье семьи в объективе»	Все группы	Январь	Воспитание здорового ребёнка	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Выставка рисунков ко Дню Матери «От чистого сердца, простыми словами».	3-7	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели
Конкурс кормушек для птиц «Птичья столовая».	Все группы	Ноябрь	Воспитание бережного отношения к природе Трудовое воспитание	Воспитатели
Творческий конкурс «Символ года»	Все группы	Декабрь	Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Конкурс детского творчества «Дорога и мы»	4-7	Январь	Гражданско-патриотическое	Воспитатели

			Воспитание здорового ребёнка	
Фотовыставка «Наши папы удалые».	Все группы	Февраль	Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Конкурс по ПДД «Дорожный серпантин»	4-7	Февраль	Гражданско-патриотическое Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре
Творческие мастерские «Подарок для мамочки».	Все группы	Март	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели
Районный конкурс чтецов «Разукрасим мир стихами»	3-7	Март	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели
«Нарисуй добро» «Я дарю тебе частичку своего тепла». Творческая выставка	5-7	Март	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели
Выставка детских рисунков «День Победы».	4-7	Май	Гражданско-патриотическое	Воспитатели
Оснащение информационного стенда «Дети – волонтеры». Фотовыставка «Все мы любим помогать….»	5-7	В теч.года	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание бережного отношения к природе Трудовое воспитание	Воспитатели
Проектная деятельность				
«Добрые дела дошколят»	5-7	Долгосрочный	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание бережного отношения к природе Трудовое воспитание	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре
«Моя семья», «Моя малая родина»	Все группы	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели

			Трудовое воспитание	
«Азбука здоровья»	Все группы	Январь	Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре
«Мастерская профессий»	4-7	Апрель	Гражданско-патриотическое Трудовое воспитание	Воспитатели
Работа с родителями				
Спортивный досуг «Папа,мама, я спортивная семья»	5-7	Октябрь	Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Музыкально-спортивный досуг «А ну-ка мамы»	4-7	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре
Фотоконкурс с участием родителей «Здоровье семьи в объективе»	Все группы	Январь	Воспитание здорового ребёнка Гражданско-патриотическое	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Музыкально-спортивный досуг «А ну-ка папы»	4-7	Февраль	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание здорового ребёнка	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре
Участие в акциях, проектах, творческих конкурсах	Все группы	В теч.года	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное Воспитание здорового ребёнка Трудовое Воспитание бережного отношения к природе	Воспитатели Музыкальный рук-ль Инструктор по физ.культуре

Мастер-класс «Методы формирования навыков самообслуживания у младших дошкольников».	Ранний возраст 3-4	Октябрь	Воспитание здорового ребёнка Трудовое	Воспитатели
Круглый стол «Формирование духовно-нравственных и патриотических представлений у дошкольников в процессе различных видов детской деятельности».	5-7	Ноябрь	Гражданско-патриотическое Духовно-нравственное	Воспитатели Музыкальный рук-ль

Гибкое расписание физкультурных занятий

В сетке занятий предусмотрено три физкультурных занятия: два – в спортивном зале и одно занятие на улице.

Дни недели	Группы
Понедельник	Ранний возраст №1 08.50-09.00 (в группе) Младшая №2 09.00-09.15 Старшая-подготовительная№3 10.05-10.30
Вторник	**Физкультурный досуг** **Младшая группа** 15.45-16.05 2-*я неделя* **Средняя группа** 16.00-16.25 1-*я неделя* **Старшая-подготовительная группа** 15.40-16.20 3-*я неделя* **Ранний возраст** 16.00-16.15 4-*я неделя*
Среда	**Ранний возраст** 08.50-09.00 **Младшая** 09.00-09.20 **Средняя** 09.50-10.15 **Старшая-подготовительная** 10.40-11.10
Четверг	**Физкультурное на улице** **Ранний возраст** 10.30-10.40 **Младшая** 10.45-11.00 **Средняя** 11.05-11.25
Пятница	**Средняя** 16.10-16.30 **Физкультурное занятие на улице**

	Старшая-подготовительная	11.40-12.10

Формы организованной образовательной деятельности

Физкультурные занятия

- в традиционной форме
- в форме круговой тренировки
- сюжетно-игровые
- состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности
- в форме соревнования
- контрольно - зачетные занятия

Подвижные игры

- сюжетные
- бессюжетные
- игры с правилами
- народные подвижные игры

Игровые упражнения

Спортивные игры (элементы)

- футбол
- баскетбол
- бадминтон

Физкультурные праздники