

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №120
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по познавательно речевые направления развития воспитанников»

Принято
на педагогическом совете
протокол от 29.08.2022 г. № 1

Утверждаю
заведующая МБДОУ №120
Т.А.Сеник
29.08.2022 г.



**Рабочая программа по физическому воспитанию для детей от 3-
7 лет на 2022-2023 учебный год**

Инструктор по ФИЗО:
Кожевникова Диана Рафаиловна

г. Кемерово, 2022г.

Содержание

1	Целевой раздел	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели, задачи реализации программы	4
1.3	Принципы формирования программы	5
1.3.1	Интеграция ОО «Физическое развитие» с другими ОО	6
1.4	Характеристики значимые для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	6
1.4.1	Содержание психолого-педагогической работы	9
1.5	Планируемые результаты по освоению Программы (целевые ориентиры)	12
1.5.1	Система оценки результатов освоения Программы (диагностика)	15
2	Содержательный раздел	
2.1	Система физкультурно-оздоровительной работы	17
2.2	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	19
2.3	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	21
2.4	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками воспитательно – образовательного процесса	29
2.5	Перспективно-тематическое планирование	31
3	Организационный раздел	
3.1	Описание материально-технического обеспечения Программы	69
3.2	Учебный план, циклограмма деятельности	70
3.4	Особенности, организации развивающей предметно-пространственной среды	71
3.5	Аннотация	74
	Список литературы	75

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре спроектирована на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения МБДОУ №120 «Детский сад общеразвивающего вида», с учётом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, особенностей региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, кроме того учтены концептуальные положения используемой в МБДОУ Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно - образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей. По действующему СанПиН 2.4.1.3049-13 организованную образовательную деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста организуют не менее 3 раз в неделю, длительностью от 10 до 30 минут (в соответствии с возрастом дошкольников). Один раз в неделю круглогодично проводим организованную образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных погодных условиях организованную образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе.

Задача инструктора по физической культуре не превращать организованную образовательную деятельность в урок, а использовать формы работы с детьми, соответствующие их возрасту, указанные в программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

Комплексная Программа адаптирована к современной действительности и запросам времени, а также соответствует:

- целям и задачам, определяемым МБДОУ;
- социальному заказу;
- особенностям развития детей;
- квалификации педагогов;
- материальной базы МБДОУ.

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в МБДОУ, возрастных особенностях детей. Она реализуется посредством основной общеобразовательной программы и в соответствии с нормативными документами. Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

- патриотизм;
- активная жизненная позиция;
- творческий подход в решении различных жизненных ситуаций;
- уважение к традиционным ценностям.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной (изобразительная, конструктивная и др.), музыкальной, чтения.

Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка; уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

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.

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.

1.3. 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.

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

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

«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).

«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.

«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.

1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики 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 испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнениях. 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 обуславливает 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 9 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 обуславливает 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.

1.4.1. 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 с 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.

1.5. Планируемые результаты по освоению Программы (целевые ориентиры)

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 с 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.

Этапы освоения Программы

2 младшая группа

Планируемый результат к концу года

Ребенок ходит прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполняет задания воспитателя: остановиться, приседает, поворачивается. Бегаёт, 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 15 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, 16 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.

1.5.1. Педагогическая диагностика

Реализация Программы 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 — карты наблюдений физического развития. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 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.

Сводные таблицы мониторинга по группам

2 младшая группа

№	ФИО ребенка	Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого	Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке, гимнастической стенке произвольным способом	Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места	Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мяч об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой рукой	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)
---	-------------	---	---	--	--	---

Средняя группа

№	ФИО ребенка	Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол	Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг	Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)
---	-------------	--	--	--	---

Старшая группа

№	ФИО ребенка	Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через	Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться,	Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)
---	-------------	--	---	--	---

		скакалку	выполнять повороты в колонне		
--	--	----------	------------------------------	--	--

Подготовительная группа

№	ФИО ребенка	Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами	Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног	Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку	Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдает интервалы в передвижении	Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч	Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1.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.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5–6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультмин (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости и от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости и от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости и от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультур досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40-45
	б) физкультур праздник		2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурно и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
--	---	-----------	-----------	-----------	-----------

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Основная форма организации образовательной деятельности – занятие (организованная образовательная деятельность). Занятия организуются по всем направлениям образовательной деятельности с учетом основных видов деятельности детей раннего и дошкольного возраста. Занятия носят традиционную и нетрадиционную формы проведения (занятия-путешествия, занятия-соревнования, занятия-диалоги, занятия-сомнения, занятия-фантазии, занятия-экскурсии, занятие-игра, занятие-творчество, занятие-конкурс, занятие - эксперимент).

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

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей
Образовательная деятельность	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Методы и формы Физического развития детей			
организованная образовательная деятельность по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые; - тематические; - классические. Подвижная игра большой, малой подвижности. Сюжетный	Индивидуальная работа воспитателя. Утренняя гимнастика: - игровая, музыкально ритмическая. Подражательные движения. Игровые упражнения. Дидактические	Подражательные движения. Игровые упражнения	Беседа. Консультация. Совместные игры. Физкультурный досуг. Консультативные встречи. Интерактивное общение

<p>комплекс. Подражательный комплекс. Комплекс с предметами. Физкультурные минутки. Динамические паузы. Тематические физкультурные занятия. Игровые упражнения</p>	<p>игры. Прогулка. Подвижная игра большой, малой подвижности. Индивидуальная работа. Подражательные движения. Вечер, вторая прогулка Бодрящая гимнастика после дневного сна.</p>		
<p>Средства физического развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физкультурный уголок в группах, - развивающая предметно-пространственная среда в спортзале, - оздоровительная среда на территории, - атрибуты спортивных игр, - ТСО, ИКТ, - психогигиенические факторы (гигиена питания, сна, занятий, периода бодрствования) - эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода) с учётом сезонных и погодных условий региона. 			

Средства реализации Программы

Для эффективной реализации Программы и качественной организации образовательной деятельности педагоги используют разнообразные средства обучения:

- программно-методическое обеспечение;
- наглядно-демонстрационный, иллюстративный материал;
- игровой;
- дидактический материал;
- раздаточный материал;
- технические средства.

Весь материал имеется, доступен детям.

Средства, направленные на развитие деятельности детей:

- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, лазания, прыжков, метания, занятий с мячом, обручем и т. д);
- игровой (игры, игрушки, атрибуты);
- коммуникативной (дидактический материал);
- восприятие художественной литературы и фольклора (книги для чтения, в том числе аудиокниги, иллюстративный материал);

- познавательно-исследовательской (натуральные предметы для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, карты, модели, картины и др.);
 - самообслуживание
 - конструирование из разного материала (различные виды конструктора, модули, бумага, природный и иной материал);
- В МБДОУ применяются информационно-коммуникативные технологии с использованием мультимедийных презентаций, видеофильмов, которые дают возможность педагогам выстроить объяснение с использованием видеофрагментов.

Способы реализации Программы

Одним из эффективных способов реализации Программы является планирование образовательной деятельности с детьми. Для систематизации содержания и организации образовательной деятельности педагоги разрабатывают на каждый учебный год рабочие программы в соответствии с Положением о рабочей программе образовательной деятельности. Для реализации образовательного содержания рабочих программ используются следующие формы планирования: перспективный план работы, который представлен в рабочих программах в виде приложений, календарный план работы в соответствии с примерной циклограммой планирования образовательной деятельности с детьми, осуществляемой в ходе режимных моментов. При календарном планировании учитываются базовые принципы ФГОС ДО, направленные на поддержку детской инициативы, участие ребенка в образовательной деятельности в качестве полноправного субъекта, с учетом его интересов и мотивов. При организации образовательной деятельности необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач, учитывая максимальную учебную нагрузку.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Культурная практика (культурный вид деятельности) – передаваемые взрослыми детям общие умения, способы осуществления той или иной деятельности. Это умение играть, рисовать, общаться с другими людьми, исследовать окружающий мир различными способами, слушать художественный текст и другое.

Культурные практики представляют собой разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни, обеспечивают активную и продуктивную образовательную деятельность ребенка.

В течение дня для решения образовательных задач педагоги эффективно взаимодействуют с детьми, создавая условия для организации культурных практик, ориентированных на проявление у детей самостоятельности и творчества в разных видах деятельности.

В процессе культурных практик воспитателем создается атмосфера свободы выбора, самовыражения, сотрудничества взрослого и детей, совместной деятельности.

Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Виды культурных практик

Игровая деятельность – форма активности ребенка, направленная не на результат, а на процесс действия и способы его осуществления, характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции.

Игровая ситуация – форма работы, направленная на приобретение ребенком опыта нравственно-ценных действий и поступков, которые он сначала выполняет на основе подражания, по образцу, а затем самостоятельно. 23

Создание условий для развития игровой деятельности детей.

Формирование игровых умений, развитых культурных форм игры. Развитие у детей интереса к различным видам игр. Всестороннее воспитание и гармоничное развитие детей в игре (эмоционально-нравственное, умственное, физическое, художественно-эстетическое и социально-коммуникативное).

Развитие самостоятельности, инициативы, творчества, навыков саморегуляции; формирование доброжелательного отношения к сверстникам, умения взаимодействовать, договариваться, самостоятельно разрешать конфликтные ситуации.

Классификация игр детей раннего и дошкольного возраста

Игры		
классы	виды	подвиды
Игры, возникающие по инициативе ребенка	Игры – экспериментирования	С животными и людьми
		С природными объектами
		Общения с людьми
		Со специальными игрушками для экспериментирования
	Сюжетные самодетельные игры	Сюжетно - образительные
		Сюжетно - ролевые
		Режиссерские

		Театрализованные
Игры, связанные с исходной инициативой взрослого	Обучающие игры	Автодидактические предметные
		Сюжетно - дидактические
		Подвижные
		Музыкальные
		Учебно – предметные дидактические
	Досуговые игры	Интеллектуальные
		Забавы
		Развлечения
		Театральные
		Празднично - карнавальные
		Компьютерные
Игры народные идущие от исторических традиций этноса	Обрядовые игры	Культовые
		Семейные
		Сезонные
	Тренинговые игры	Интеллектуальные
		Сенсомоторные
		Адаптивные
	Досуговые игры	Игрища
		Тихие
		Забавляющие
		Развлекающие

Познавательная деятельность – форма активности ребенка, направленная на познание свойств и связей объектов и явлений, освоение способов познания, способствующая формированию целостной картины мира.

Виды познавательной деятельности: беседа, рассматривание альбомов, картин, дидактические игры, обыгрывание проблемных ситуаций.

Познавательно-исследовательская деятельность – форма активности ребенка, направленная на познание свойств и связей объектов и явлений, освоение способов познания, способствующая формированию целостной картины мира.

Виды познавательно-исследовательской деятельности: исследование; экспериментирование; проведение элементарных опытов, моделирование.

Технологии исследовательской деятельности

Этапы становления исследовательской деятельности:

- Ориентировка (выделение предметной области осуществления исследования).

- Проблематизация (определение способов и средств проведения исследования).
- Планирование (формулировка последовательных задач исследования, распределение последовательности действий для осуществления исследовательского поиска).
- Эмпирия (сбор эмпирического материала, постановка и проведение исследования, первичная систематизация полученных данных).
- Анализ (обобщение, сравнение, анализ, интерпретация данных).

Алгоритм исследовательской деятельности:

1. Выявление проблемы, которую можно исследовать и которую хотелось бы разрешить. Главное качество любого исследователя – уметь отыскать что-то необычное в обычном, увидеть сложность и противоречия там, где другим все кажется привычным, ясным и простым. Настоящему исследователю надо уметь задавать себе вопросы и находить неожиданное, удивительное в самом простом и привычном.

2. Выбор темы исследования. Выбирая тему, следует иметь в виду, что можно провести исследование, а можно заняться проектированием. Принципиальное отличие исследования от проектирования состоит в том, что исследование – процесс бескорыстного поиска неизвестного, новых знаний, а проект – это всегда решение какой-то практической задачи.

3. Определение цели исследования (нахождение ответа на вопрос о том, зачем проводится исследование). Примерные формулировки целей исследования обычно начинаются со слов «выявить», «изучить», «определить». Примерные формулировки целей проектов обычно начинаются словами «разработать», «создать», «выполнить».

4. Определение задач исследования (основных шагов направления исследования). Некоторые ученые убеждены, что формулировать цель и задачи собственного исследования до того, как оно завершено, не только бесполезно, но даже вредно и опасно. Ясная формулировка делает предсказуемым процесс и лишает его черт творческого поиска, а исследователя – права импровизировать.

5. Выдвижение гипотезы (предположения, догадки, недоказанной логически и не подтвержденной опытом). Гипотеза – это попытка предвидения событий. Важно научиться вырабатывать гипотезы по принципу «Чем больше, тем лучше» (гипотезы дают возможность увидеть проблему в другом свете, посмотреть на ситуацию с другой стороны).

6. Составление предварительного плана исследования. Для того чтобы составить план исследования, надо ответить на вопрос «Как мы можем узнать что-то новое о том, что исследуем?» Список возможных путей и методов исследования в данном случае: подумать самому, прочитать книги о том, что исследуешь; посмотреть видеофильмы по этой проблеме; обратиться к компьютеру, спросить людей; понаблюдать; провести эксперимент;

7. Провести эксперимент (опыт), наблюдение, проверить гипотезы, сделать выводы. Указать пути дальнейшего изучения проблемы. Для настоящего творца завершение одной работы – это не просто окончание исследования, а начало решения следующей.

Принципы исследовательского обучения:

- принцип ориентации на познавательные интересы детей (исследование – процесс творческий, творчество невозможно навязать извне, оно рождается только на основе внутренней потребности, в данном случае на потребность в познании);

- принцип поры на развитие умений самостоятельного поиска информации;

- принцип сочетания репродуктивных и продуктивных методов обучения (психология усвоения свидетельствует о том, что легко и непроизвольно усваивается тот материал, который включен в активную работу мышления);

- принцип формирования представлений об исследовании как стиле жизни.

Пути создания ситуаций, лично значимых для ребенка:

- преднамеренное столкновение жизненных представлений детей с научными фактами, объяснить которые они не могут – не хватает знаний, жизненного опыта;

- преднамеренное побуждение детей к решению новых задач старыми способами;

- побуждение детей выдвигать гипотезы, делать предварительные выводы и обобщения (противоречие – ядро проблемной ситуации – в данном случае возникает, а результате столкновения различных мнений, выдвинутого предположения и результатов его опытной проверки в процессе диалога.

Методические приемы:

- подведение детей к противоречию и предложение самостоятельно найти способ его разрешения;

- изложение различных точек зрения на один и тот же вопрос;

- предложение детям рассмотреть явление с различных позиций;

- побуждение детей к сравнению, обобщению, выводам из ситуации, сопоставлению фактов;

- постановка конкретных вопросов на обобщение, обоснование, конкретизацию, логику, рассуждения;

- постановка проблемных задач (например, с недостаточными или избыточными исходными данными, неопределенностью в постановке вопроса, противоречивыми данными, заведомо допущенными ошибками, ограниченным временем решения и т.д.).

Условия исследовательской деятельности:

- использование различных приемов воздействия на эмоционально-волевую сферу дошкольника (заботясь о том, чтобы в процессе познания нового материала он испытывал чувство радости, удовольствия, удовлетворения);

- создание проблемных ситуаций, вызывающих у детей удивление, восхищение;
- четкая формулировка проблемы, обнажающей противоречия в сознании ребенка;
- выдвижение гипотезы и обучение, этому умению детей, принимая любые их предложения;
- развитие способности к прогнозированию и предвосхищению решений;
- обучение детей к обобщенным приемам умственной деятельности – умению выделять главное, сравнивать, делать выводы, классифицировать, знакомить с различными научными методами исследования;
- создание атмосферы свободного обсуждения, побуждения детей к диалогу, сотрудничеству;
- побуждение к самостоятельной постановке вопросов, обнаружению противоречий;
- подведение детей к самостоятельным выводам и обобщениям, поощрение оригинальных решений, умений делать выбор;
- знакомство с жизнью и деятельностью выдающихся ученых с историей великих открытий.

Коллекционирование – форма познавательной активности дошкольника, в основе которой лежит целенаправленное собирание чего-либо, имеющего определенную ценность для ребенка.

Коммуникативная деятельность – форма активности ребенка, направленная на взаимодействие с другим человеком, как субъектом, потенциальным партнером по общению, предполагающая согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижения общего результата.

Формы общения с взрослым:

- ситуативно-деловое;
- внеситуативно-познавательное;
- внеситуативно-личностное.

Формы общения со сверстниками:

- эмоционально-практическое;
- внеситуативно-деловое;
- ситуативно-деловое.

Восприятие художественной литературы – форма активности ребенка, предполагающая не пассивное созерцание, а деятельность, которая воплощается во внутреннем содействии, сопереживании героям, в воображаемом перенесении на себя событий, «мысленном действии», в результате чего возникает эффект личного присутствия, личного участия в событиях.

Виды восприятия художественной литературы: чтение (слушание); обсуждение (рассуждение); рассказывание (пересказывание), декламация; разучивание; ситуативный разговор, беседа.

Чтение – основная форма восприятия художественной литературы, а также эффективная форма развития познавательно-исследовательской,

коммуникативной деятельности, решения задач психолого-педагогической работы разных образовательных областей.

Технология «Ситуация» – ситуации морального выбора, ситуации общения и взаимодействия, проблемные ситуации, ситуативный разговор с детьми, практические ситуации по интересам детей, ситуационные задачи и др.

Двигательная деятельность – форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, подвижные игры.

Здоровье сберегающая образовательная технология – система, создающая максимально возможные специальные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального и физического здоровья, включающая в себя:

- анализ данных мониторинга состояния здоровья и уровня физического развития детей в процессе реализации технологии и ее коррекция в соответствии с результатами полученных данных;
- учет возрастных особенностей детей при реализации здоровьесберегающей образовательной технологии;
- создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии здоровьесбережения;
- использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Трудовая деятельность – это форма активности ребенка, требующая приложения усилий для удовлетворения физиологических и моральных потребностей и приносящая конкретный результат, который можно увидеть/потрогать/почувствовать.

Виды трудовой деятельности: самообслуживание; хозяйственно бытовой труд; труд в природе; ручной труд.

Продуктивная деятельность (конструирование и изобразительная деятельность) – форма активности ребенка, в результате которой создается материальный или идеальный продукт.

Виды продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация, конструирование из бумаги, строительных, природных материалов.

Мастерская – форма организации продуктивной деятельности, позволяет также развивать двигательную (мелкую моторику), коммуникативную, познавательно-исследовательскую, трудовую деятельность.

Проектная деятельность – это создание воспитателем таких условий, которые позволяют детям самостоятельно или совместно с взрослыми открывать новый практический опыт, добывать его экспериментальным, поисковым путем, анализировать его и преобразовывать.

Технологии проектной деятельности

Этапы в развитии проектной деятельности:

1. Подражательно-исполнительский этап его реализация возможна с детьми трех с половиной – пяти лет. На этом этапе дети участвуют в проекте «на

вторых ролях», выполняют действия по прямому предложению взрослого или путем подражания ему, что не противоречит природе маленького ребенка;

2. Общеразвивающий этап характерен для детей пяти-шести лет, которые уже имеют опыт разнообразной совместной деятельности, могут согласовывать действия, оказывать друг другу помощь. Ребенок реже обращается к взрослому с просьбами, активнее организует совместную деятельность со сверстниками. У детей развиваются самоконтроль и самооценка, они способны достаточно объективно оценивать, как собственные поступки, так и поступки сверстников. В том возрасте дети принимают проблему, уточняют цель, способны выбрать необходимые средства для достижения результата деятельности. Они не только проявляют готовность участвовать в проектах, предложенных взрослыми, но и самостоятельно находят проблемы, являющиеся отправной точкой творческих, исследовательских, опытно-ориентировочных проектов.

3. Творческий этап характерен для детей шести – семи лет. Взрослому очень важно на этом этапе развивать и поддерживать творческую активность детей, создавать условия для самостоятельного определения детьми цели и содержания предстоящей деятельности, выбора способов работы над проектом и возможности организовать ее последовательность.

Алгоритм деятельности педагога в совместной проектной деятельности:

- Педагог ставит перед собой цель, исходя из потребностей и интересов детей.
- Вовлекает дошкольников в решение проблемы.
- Намечает план движения к цели (поддерживает интерес детей и родителей).
- Обсуждает план с семьями.
- Обращается за рекомендациями к специалистам МБДОУ.
- Вместе с детьми и родителями составляет план-схему проведения проекта.
- Собирает информацию, материал.
- Проводит занятия, игры, наблюдения, поездки (мероприятия основной части проекта).
- Дает домашнее задание родителям и детям.
- Поощряет самостоятельные творческие работы детей и родителей (поиск материалов, информации, изготовлении поделок, рисунков, альбомов)
- Организует презентацию проекта (праздник, открытое занятие). Составляет книгу, альбом совместной деятельности.
- Подводит итоги (выступает на педсовете, обобщает опыт работы).

Музыкальная деятельность – это форма активности ребенка, дающая ему возможность выбрать наиболее близкие и успешные в реализации позиции: слушателя, исполнителя, сочинителя.

Виды музыкально-художественной деятельности: восприятие музыки (вокальное, инструментальное), исполнительство (вокальное,

инструментальное): пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах; творчество (вокальное, инструментальное): пение, музыкально-ритмические движения, музыкально-игровая деятельность, игра на музыкальных инструментах.

Развитие игровой деятельности (театрализованные игры) - форма организации художественно-творческой деятельности детей, предполагающая формирования интереса к театральному искусству, раскрытие творческого потенциала детей, развитие артистических качеств. Развитие творческой самостоятельности, эстетического вкуса, умения передавать образ средствами театральной выразительности.

Культурно-досуговая деятельность – развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам, что позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

Виды культурно-досуговой деятельности: праздники, развлечения, показы театров, досуги.

Викторины и конкурсы – своеобразные формы познавательной деятельности с использованием информационно-развлекательного содержания, в которых предполагается активное участие детей.

Самостоятельная деятельность – содействие развитию индивидуальных предпочтений в выборе разнообразных видов деятельности, занятий различного содержания (познавательного, спортивного, художественного, трудового). Формирование творческих наклонностей каждого ребенка. Побуждение детей к самостоятельной организации выбранного вида деятельности.

Творчество – совершенствовать самостоятельную музыкально-художественную и познавательную деятельность. Формировать потребность творчески проводить свободное время в социально значимых целях.

2.4 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками воспитательно-образовательного процесса

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Цель – создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей; обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни группы, детского сада.

Основные задачи взаимодействия детского сада и семьи:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Система взаимодействия МБДОУ с семьями воспитанников

Цель взаимодействия – оптимизация деятельности педагогического коллектива МБДОУ по реализации взаимодействия с родителями в вопросах обеспечения эмоционального, физического и социального благополучия ребенка.

Задачи:

- повысить потенциал взаимного доверия в системе отношений «семья – дошкольное образовательное учреждение»;
- повысить уровень педагогической компетенции родителей в вопросах обеспечения эмоционального, физического и социального благополучия ребенка в условиях семьи и МБДОУ;
- гармонизировать детско-родительские отношения в семьях с детьми раннего и младшего дошкольного возраста, изменить восприятие родителями личности ребенка в положительную сторону;
- снизить риск реальных и потенциальных факторов семейного неблагополучия и применения насильственных методов воспитания детей раннего и младшего дошкольного возраста.

Принципы, используемые, при планировании и организации взаимодействия с семьей:

- принцип систематичности и последовательности (совместные формы работы педагогов с родителями планируются и организуются в течение всего периода пребывания ребенка в МБДОУ);
- принцип активности (участие коллектива МБДОУ и родителей в поиске современных форм и методов сотрудничества с семьей, личная заинтересованность родителей);

- принцип сознательности (осознание общих целей, интересов и форм взаимного сотрудничества, способствующих развитию гармоничного и здорового ребенка);
- принцип актуальности (ориентация на актуальные проблемы, влияющие на укрепление здоровья детей, учет запросов и пожелание родителей);
- принцип индивидуального подхода (индивидуальный подход к каждому ребенку и семье, учитывающий интересы и способности ребенка, структурные и психологические особенности каждой семьи)

2.5 Перспективно-тематическое планирование.

Возрастная группа 3-4 года

Сентябрь

Задачи: ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие; ознакомить с прыжками на двух ногах на месте; закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, прокатывание мяча друг другу, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	Без предметов	С погремушкой
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед

			между предметами	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«По ровненькой дорожке»	«Мы осенние листочки».	«Собери грибочки»
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» «Дует, дует ветерок»	«Пойдём в гости»

Октябрь

Задачи: учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги, навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег в рассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С листочками	Без предметов	С листочками
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметам и 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота
Подвижные игры	«Что мы видели не скажем, а что делаем, покажем»	«Наседка и цыплята»	«Парк аттракционов»	«Карусель»
Малоподвижные игры	«Мыши за котом».	Звуковое упр. «Кто как	«Найди и промолчи»	Звуковое упр. «Кто

	Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	кричит?»		как кричит?»
--	---	----------	--	--------------

Ноябрь

Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании и ловле мяча, в равновесии на уменьшенной площади опоры				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С платочками	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезть под дугу на четвереньках 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель
Подвижные игры	«Листочки – налево, цветочки – направо»	«Цветные автомобили»	«Наведи порядок»	«Большая стирка»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в	«Узнай по голосу»	«Узнай по голосу»

		руках		
--	--	-------	--	--

Декабрь

Задачи: учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площади, по кругу, между предметами, не задевая их; упражнять: в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске, в прокатывании мяча, подлезании под дугу и шнур, не задевая их; развивать навык приземления на полусогнутые ноги				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному			
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	Без предметов	С султанчиками	Без предметов
Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота
Подвижные игры	«Снег идёт»	«Белые медведи»	«Птички и птенчики»	«Зималовишка»
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	«Найдем птичку»	«Каравай»

Январь

Задачи: ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять: в ходьбе и беге врассыпную, в прокатывании мяча вокруг предмета, в подлезании под дугу; формировать умение мягко приземляться на полусогнутые ноги, сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры, выполнять правила игры в п/и; развивать глазомер и ловкость.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий			
Общеразвивающ	С мячом	С косичкой	С обручем	Без

ие упражнения				предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (20 см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5 см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянке. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке
Подвижные игры	«Белые медведи»	Собери Снеговика»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»
Малоподвижные игры	Хороводная игра «Выпал беленький снежок».	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Угадай, кто кричит»	«Выпал беленький снежок».

Февраль

Задачи: формировать умение перебрасывать мячи через шнур, приземляться мягко после прыжков; упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, ходьбе с перешагиванием через предметы; закреплять навыки ходьбы через рейки лестницы.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С погремушками	С кубиками
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг

	3.Прокатывание мяча между кеглями	кубики. 2.Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	друг другу; 3.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.
Подвижные игры	«Лети на свой аэродром»	«Мой веселый, звонкий мяч»	«Слушай мою команду»	«Большая стирка»
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	Дыхательное упражнение «Задует свечи»	«Лошадки»	«Лошадки»

Март

Задачи: упражнять в умении выполнять прыжки в длину с места, правильному захвату рейки при лазании; упражнять: в ходьбе парами, беге врассыпную, в ползании по доске, ходьбе через препятствия, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамье; развивать: ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Перестроение в шеренгу, в колонну по одному. Перестроение в пары. Ходьба парами, бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную. Ходьба и бег по кругу (вправо, влево).			
Общеразвивающие упражнения	С ленточками	Без предметов	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1.Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол. 2.Прыжки на двух ногах	1. Ползание по гимнастической скамейке до игрушки. 2. Бросание мяча о землю и ловля его	1. Ходьба с перешагиванием через шнуры. 2.Лазание по наклонной лестнице 3. Прокатывание	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (2-3раза). 2.Прыжки в длину. 3. Ходьба по

	через палки с продвижением вперед. 3. Прыжки в длину.	двумя руками. 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ноги.	е мячей в прямом направлении.	гимнастической скамейке, руки за спиной (следить за осанкой). 4. Прыжки через «ручеек» с места
Подвижные игры	«Курочка-хохлатка»	«Наседка и цыплята	«Собери цветок для мамы»	«Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	«Угадай по голосу»	«Найди куклу»	«Возьми флажок»

Апрель

Задачи: упражнять в умении: приземляться на две ноги, бросать мяч вверх и ловить его руками, влезать на наклонную лестницу, ходить приставными шагами вперед; упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в прыжках в длину с места, бросании мяча о пол, ходьбе и беге в рассыпную, в колонне по одному, ходьбе и ползании по доске, формировать правильную осанку; закреплять умение перепрыгивать через шнур, ползание по скамейке.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, с перешагиванием через шнуры, приставным шагом; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места. 2. Бросание мяча о пол и ловля его двумя	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перепрыгивание через шнуры (расстояние 30-40см). 3. Влезание на наклонную	1. Ходьба по доске, руки на поясе. 2. Влезание на наклонную лестницу. 3. Ходьба по доске, на середине перешагнуть

	руками 3. Ходьба по скамейке	четвереньках с опорой на ладони и колени. 3. Влезание на наклонную лестницу. 4. Ходьба по доске, руки на поясе (следить за осанкой).	лестницу. 4. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками.	набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«С кочки на кочку»	«Солнышко и дождик»	«С кочки на кочку»	«Найди свой цвет»
Малоподвижные игры	«Где цыпленок»	«Где цыпленок»	«Высокие и низкие кустики»	«Пройди тихо»

Май

Задачи: упражнять в умении мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места, подбрасывать мяч вверх и ловить его; закрепить умения: ходить и бегах по кругу, перепрыгивать через шнур, ходить и бегать враспынную и находить свое место в колонне, ползать по скамейке с опорой на ладони и колени; влезать на наклонную лестницу.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, враспынную. Проверка осанки. Ходьба и бег по сигналу бубна, с выполнением заданий – «Лошадки», «Лягушки», «Зайцы», перешагивание через гимнастические палки.			
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	С малым мячом	С погремушкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке. 2. Перепрыгивание через гимнастические палки. 3. Игровые задания «вверх – вниз» - ходьба на горку- с	1. Прыжки в длину с места. 2. Перепрыгивание через гимнастические палки (расстояние 40-50см). 3. Игровое задание «Найди свой домик».	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Перепрыгивание через шнуры. 3. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками.	1. Влезание на наклонную лестницу 2. Ходьба по доске, руки на поясе. 3. Игровое задание:

	горки. 4. Прыжки между кеглями.	4.Бросание мяча в корзину.		подлезан ие под дугу, не касаясь руками пола.
Подвижные игры	«Огуречек, огуречек».	«Зайцы и волк»	«Карусели» «Парк аттракционов»	«Удочка ».
Малоподвижны е игры	«Карлики и великаны»	«Колпачок и палочка»	«Колпачок и палочка»	«Пойдем в гости»

Возрастная группа 4-5 лет

Сентябрь

Задачи: формировать умение: ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; подпрыгивать на двух ногах на месте; энергично отталкивать мяч двумя руками, группироваться при лазании под шнур. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; умение действовать по сигналу; побуждать при ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохранять равновесие.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, построение в круг.			
Общеразвиваю щие упражнения	Без предметов	С флажками	Без предметов	С погремушка ми
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3 м, ширина – 15 см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями(шир	1.Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу	1.Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4.	1.Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола 3.Ходьба по прямой, перешагивая через

	ина – 10 см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка		Подлезание под дугу, потоком 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах
Подвижные игры	«Будь первым»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Собери грибочки»
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»

Октябрь

Задачи: упражнять в умении сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, находить свое место при ходьбе и беге; развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в энергичном прокатывании мячей друг другу; закрепить умения: подлезать под дугу, не касаясь руками пола, входить с изменением направления, прыгать на двух ногах развивать точность направления; воспитывать доброжелательные взаимоотношения между детьми во время выполнения игровых упражнений				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба в рассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С листочками	Без предметов	С листочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина – 15	1. Подлезание под шнур (40 см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по

	предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	положение – стоя на коленях. 3.Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенным и в две линии	дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Пожарные»	«Карусель»
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Самый меткий»

Ноябрь

Задачи: закрепить умения: ходить и бегать с изменением направления, прыгать на двух ногах, перебрасывать мяч; упражнять в умении ползать на животе по скамейке (подтягиваясь руками); закреплять устойчивое равновесие и выполнять команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; учить соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2.Перебрасыв	1. Ходьба по гимнастической скамейке,	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на

	<p>ание мячей двумя руками снизу(расстояние 1,5 м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2 м)</p>	<p>перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3 м)</p>	<p>пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5.Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p>	<p>голове, руки на поясе. 2.Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»</p>
Подвижные игры	«Самолёты», «Быстрее к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Кто быстрее до флага Кемерово».	«К флагу Кемерово беги»,
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Красный, жёлтый, зелёный»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)

Декабрь

Задачи: побуждать детей соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч, перестраиваться в пары на месте, правильному хвату при ползании, ловить мяч; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании, в ползании на четвереньках на повышенной опоре; закреплять навык нахождения своего места в колонне; упражнять в умении выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой; развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
---------------	----------	----------	----------	----------

Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	Без предметов	С султанчикам	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20 см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25 см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20 см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25 см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки
Подвижные игры	«Зималовишка»	«Белые медведи»	Собери Снеговика»	«Зималовишка»
Малоподвижные игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»

	выполнение м дыхательны х упражнений	носках с задержкой дыхания		
--	--	----------------------------------	--	--

Январь

Задачи: упражнять в ходьбе и беге между предметами, в ползании по скамейке на четвереньках, ходьбе с высоким подниманием коленей, в перешагивании через препятствие; закреплять умение отбивать мяч о пол, подлезать под шнур, действовать по сигналу; формировать умение соблюдать дистанцию при 41 передвижении, выполнять танцевальные движения с учётом характера музыки; разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
Общеразвивающие упражнения	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленным и в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки вниз)	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу,

		раза)	4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	стоя в шеренгах (руки внизу)
Подвижные игры	«Белые медведи»	Собери Снеговика»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	Ходьба «змейкой» по верёвке, по косичке «Путешествие по реке».	«Выпал беленький снежок».

Февраль

Задачи: учить правилам эстафеты, ловить мяч двумя руками; упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; закреплять упражнения в равновесии, навык ползания на четвереньках; упражнять в ходьбе с выполнением задания, в прыжках из обруча в обруч; совершенствовать технику метания в цель; воспитывать и поддерживать дружеские отношения.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гантелями
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на	1. Перебрасывание мяча другому двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки

	носок (бег со спрыгиванием)		рейки лестницы (высота 25 см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2 м)	на двух ногах из обруча в обруч
Подвижные игры	«Пилоты и парашютисты» «Летчики».	«Пограничник и и нарушители»,	«Лети на свой аэродром	«Кролики в огороде»
Малоподвижные игры	«Считай до трёх» Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Море волнуется»,	«Найди и промолчи»

Март

Задачи: упражнять в умении принимать правильное исходное положение при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице с переходом на гимнастическую стенку, бросать мяч через сетку, прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», развивать умение планировать последовательность действий и распределять роли в играх; побуждать соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места, закрепить умение ползать на животе по гимнастической скамейке.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три.			
Общеразвивающие упражнения	С ленточками	Без предметов	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1 м). 2. Ползание по гимнастическ	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках,	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастическ

	<p>двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2 м) и ловля после отскока (парами).</p> <p>4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь).</p> <p>5. Прыжки на двух ногах через шнуры</p>	<p>кой скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>3. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине</p>	<p>руки в стороны.</p> <p>3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке с продвижением вправо, спуск вниз.</p> <p>5. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.</p>	<p>ой скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через кубики</p>
Подвижные игры	«Летчики»	«Подарки»	«Собери цветок для мамы»	«Наседка и цыпленок»
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Угадай по голосу»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»

Апрель

Задачи: упражнять в умении: энергично отталкиваться в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочка на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения; закреплять умение выполнять команды «направо, налево, кругом», принимать правильное исходное положение при прыжках в длину с места, в метании в цель, в ползании на четвереньках на уменьшенной площади опоры; совершенствовать умение перестраиваться в три колонны, перебрасывать мяч друг другу				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их			
Общеразвиваю	Без	С мячом	С косичкой	Без предметов

щие упражнения	предметов			
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально) 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 35 см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
Подвижные игры	«Ловись рыбка»,	«Царь горы», «Зайка серенький»	«Птичка и кошка»	«К своим знаменам», «Смени флажок»
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики	«Высокие и низкие кустики».	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений

Май

Задачи: упражнять: в ходьбе и беге между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу; закрепить умения: ходить и бегать, выполняя задания по сигналу воспитателя, лазать по наклонной лестнице, бросать мяч вверх и ловить его, ползать по гимнастической скамейке, соблюдать правила игры и уметь договариваться с

товарищами по команде				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки на полусогнутых ногах. 2. Перебрасывание мяча двумя руками с низу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Лазание по наклонной лестнице	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока
Подвижные игры	«Полоса препятствий»	«Зайцы и волк»	«Карусели» «Парк аттракционов»	«Удочка».
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу» «Тишина»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Ручеек»

Возрастная группа 5-6 лет

Сентябрь

Задачи: побуждать сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять: в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании, подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками; закрепить умения:

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
---------------	----------	----------	----------	----------

Вводная часть	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С листочками	С листочками
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через воротца 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей двумя руками снизу, после удара о пол – подбросить вверх.	1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Лазание по гимнастической лестнице. 4. Прыжки на двух ногах с мешочком между коленей.	1. Ходьба между двумя линиями (р - 25 см) (д- 2-3 м) 2. Прыжки на 2-х ногах 3. Метание «Кто дальше бросит» 4. Ходьба по скамейке (высота – 15см) 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4–6 раз). 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове. 5. Прыжки на двух ногах между предметами.
Подвижные игры	«Мы веселые ребята»	«Кто лучше прыгнет»	«Караси и щука»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Съедобное-несъедобное»	«Краски»	«Повторяй за мной»	«Ручеек»

Октябрь

Задачи: упражнять в умении: ходить строевым шагом, повороту во время

<p>ходьбы по сигналу, перестроению в три колонны, остановке по команде, упражнять в беге до 1 минуты, перешагивании через шнуры, метании мяча в цель, в равновесии в прыжках, повторить пролезание в обруч боком, перебрасывании мяча друг другу, переползание через препятствие, развивать точность направления; воспитывать доброжелательные взаимоотношения между детьми во время выполнения игровых упражнений.</p>				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	<p>Перестроение в колонне по одному, по 2, по 3. Ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.</p>			
Общеразвивающие упражнения	С гимнастическими палками	С гимнастическими палками	Без предметов	С листочками
Основные виды движений	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамьи на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Переползание на четвереньках через препятствие бревно.</p> <p>3. Пролезание через обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, левым и правым боком).</p> <p>2. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через кегли</p>	<p>1. Ходьба по скамейке, на середине присесть, пройти дальше.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах на препятствие (высота 20см)</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через шнуры прямо, боком.</p>	<p>1. Бег со средней скоростью.</p> <p>2. Перешагивание и пролезание под дугу.</p> <p>3. Метание в цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Ведение мяча с последующим забрасыванием в корзину</p>
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	Полоса препятствий	П/и «Казак – разбойник и»	«Мы – весёлые ребята»
Малоподвижные игры	«Что мы видели не скажем, а что	«Чудо-остров». Танцевальные	«Найди и промолчи»	«Найди и промолчи»

	делаем покажем»	движения		
--	--------------------	----------	--	--

Ноябрь

Задачи: упражнять в умении: перекладывать мяч (малый) из одной руки в другую при ходьбе по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу; развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Перестроение в шеренгу. Ходьба с высоким подниманием коленей. Бег врассыпную между кеглями, с изменением направления, перестроение в колонну по 2 и по 3. Ходьба и бег в чередовании, выполнением фигур.			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С султанчиком	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по 2 раза. 2. ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием малого мяча из одной руки в другую перед собой и за спиной. 3. Отбивание мяча об пол одной рукой. 4. ходьба на носках, руки за головой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 2. Введение мяча с продвижением вперед. 3. Подъем на шведскую стенку, спуск по канату. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»

			линию	
Подвижные игры	«Медведь и пчелы»	«Перелет птиц»	«Догони валенок»	«Собери снежинку»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	Имитация движений животных	«Найди, где спрятано»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)

Декабрь

Задачи: упражнять: в ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по шведской стенке, спускаясь по канату; совершенствовать бег в колонне с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамье на животе; закреплять равновесие в прыжках, бег в рассыпную и по кругу.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения			
Общеразвивающие упражнения	Со снежинками	Без предметов	С султанчиком и	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по	1. Лазание по гимнастической скамье. 2. Ползание по скамье на животе. 3. Спрыгивание с гимнастической скамейки	1. Лазание по гимнастической стенке. 2. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики 3. Пропасть под скамью 4. Ходьба боком через кубики.

	предметами.	гимнастическ ой стенке с переходом на другой пролет		
Подвижные игры	«Два Мороза», «Догони валенки»	«Снежные круги»	«Наряди елочку»	«Собери снежинку»
Малоподвижн ые игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнение м дыхательных упражнений	Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»

Январь

Задачи: упражнять в умении: лазать по гимнастической лестнице с переходом на соседний перелет, в ходьбе и беге между препятствиями, прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, ползать на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении; повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, при этом следить за осанкой и устойчивое равновесие.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
Общеразвиваю щие упражнения	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба друг за другом с мешочком на голове по кругу 2. Перешагивание через кубики. 3. Бег и ходьба	1. Перебрасывание мяча друг другу. 2. Ходьба с перешагиванием через мячи 3. Ходьба с перешагиванием через мячи с мешочком	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2. Ходьба по скамье 3. Лазание по	1. Ходьба по наклонной доске. 2. Перепрыгивание через бруски. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Бег по наклонной

	между кубиками. 4.Ходьба друг за другом с мешочком на голове по кругу 5.Прыжки через кубики 6. Бег и ходьба между кубиками.	на голове.	гимнастической стенке с переходом через ряд 4.Ходьба боком по гимнастической скамейке 5.Прыжки на одной и двух ногах	доске. 5.Прыжки через бруски боком. 6.Забрасывание мяча в корзину
Подвижные игры	«Собери снеговика»	«Догони валенок»	«Собери снежинку»	«Снежные круги»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	Ходьба «змейкой» по верёвке, по косичке «Путешествие по реке».	Имитация ходьбы на лыжах

Февраль

Задачи: упражнять в умении: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метанию в цель, лазанию по гимнастической лестнице; закрепить навыки перепрыгивания через бруски, забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места, подлезания под дугу и отбивания мяча о пол одной рукой, подлезания под палку и перешагивания через нее.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое - левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С гантелями	Без предметов	С ленточками
Основные виды движений	1.Прыжки в длину с места 2.Отбивание мяча одной рукой 3.Подлезание	1.Метание мешочков в цель 2.Подлезание под палку 3.Перешагив	1.Влезание на гимнастическую стенку 2.Ходьба по гимнастичес	1.Ходьба по канату боком приставным шагом. 2.Прыжки из обруча в

	под дугу не касаясь пола. 4.Ползание на четвереньках 5.Перебрасывание малого мяча в руки.	ание через шнур 4.Метание мешочков в цель 5.Ползание по гимнастической скамье 6.Ходьба на носках между кеглями	кой скамье 3.Прыжки с ноги на ногу 4.Ходьба по гимнастической скамье 5.Прыжки с ноги на ногу между предметами 6.Подбрасывание и ловля мяча	обруч 3.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 4.Перебрасывание мяча с отскоком от пола
Подвижные игры	«Мы – солдаты»	«Парашютисты и летчики»	«Защита границ»	«Кто быстрее доставит донесение в штаб»
Малоподвижные игры	Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне парами	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»

Март

Задачи: упражнять: в ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега, ходьбе в колонне по одному с поворотом по сигналу, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, метании в цель, в ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно, повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамье на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку, построении в три колонны.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
Общеразвивающие упражнения	С ленточками	Без предметов	С флажками Б	Без предметов
Основные виды движений	1.Ходьба по канату боком, приставным шагом с	1.Ползание по скамье по-	1.Ходьба по ограниченной поверхности	1.Ходьба по гимнастической скамейке приставным

	мешочком на голове 2.Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м). 3.Прыжки из обруча в обруч	медвежьим боком 2.Ходьба по скамье боком 3.Прыжок и боком 4.Ходьба по скамье боком 5.Прыжок и из обруча в обруч	и боком, с хлопками перед собой 2.Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 3. Прыжки через шнур на одной ноге 4. Ползание попластунски в сочетании с перебежками.	шагом 2.Метание в горизонтальную цель 3.Прыжки со скамейки на мат
Подвижные игры	П/и «К флагу Кемерово беги!»	«Кто быстрее сложит герб родного города»	«Лапта»	«Собери цветок для мамы» «Большая стирка»
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне парами остановкой на счёт «четыре»	«Угадай по голосу»	«Найди зайца»	«Ручеек»

Апрель

Задачи: разучить прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость; упражнять: в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в цель, ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках; закрепить метание в цель и на дальность, навыки лазания по гимнастической стенке, спуску по канату.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С мячом	С флажками

Основные виды движений	1.Прыжки через короткую ленту на месте 2.Прокатывание обруча друг другу 3.Пролезание в обруч. 4.Прыжки через длинную скакалку	1. Броски мяча в корзину 2.Прыжки с мячом между коленями 3.Перепрыгивание через мячи 4. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 35 см).	1.Ходьба по скамейке спиной вперед 2.Прыжки через скакалку 3.Метание вдаль набивного мяча 4.Ползание по туннелю. 5.Прокатывание обручей друг другу	1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2.Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет
Подвижные игры	«Совушка»	«Перелет птиц»	«Караси и щука»	«Граница»
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями и ритмической гимнастики

Май

Задачи: разучить прыжки в длину с разбега; упражнять в ходьбе и беге парами, метании в цель и на дальность, в прыжках в длину и высоту с места и разбега, в перебрасывании мяча друг другу, лазании по-медвежьей, бросании мяча о стену				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
Общеразвивающие упражнения	С флажками	С обручем	С султанчиками	Без предметов
Основные виды движений	Диагностика	Диагностика	1.Ходьба по гимнастической	1.Ходьба по гимнастической

	физическое развитие детей	физическое развитие детей	ой скамейке с мешочком на голове. 2.Прыжки в длину с разбега. 3.Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3.Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед
Подвижные игры	«Донесение»	«Ловишки с ленточкой»	«Подарки»	«Карусель»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Ручеек»	«Ворота»	«Альпинисты ». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)

**Возрастная группа 6-7 лет
Сентябрь**

Задачи: упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции, четким фиксированием поворотов, по кругу, с остановкой по сигналу; закреплять навыки равновесия при ходьбе на повышенной опоре; развивать точность при броске мяча, координацию движений в прыжке, при перешагивании через предметы; повторить прыжки в длину с места и с разбега, метание на дальность и в цель, упражнения на перебрасывание мяча через сетку.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен			

Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С листочками	С листочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (бокком приставным шагом). 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, из-за головы.	1. Прыжки с поворотом «кругом» с доставанием до предмета. 2. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах. 3. Лазанье под шнур, не касаясь пола. 4. Прыжки на двух ногах между предметами	Диагностика физического развития дошкольника	Диагностика физического развития дошкольника
Подвижные игры	«Волшебное слово»	«Будь аккуратным», «Классы»	«Запрещенное движение»	«Уборка урожая»
Малоподвижные игры	«Угадай, чей голосок»	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной».	«Ручеек»

Октябрь

Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием коленей, сменой темпа движения; упражнять в сохранении равновесия: в подскоках, бросании мяча, приземлении на полусогнутые ноги, в переползании на четвереньках с дополнительным заданием; развивать координацию движений; разучить прыжки вверх из глубокого приседания.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруску; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
Общеразвивающие упражнения	С гимнастическими палками	С гимнастическими палками	Без предметов	С листочками
Основные виды движений	1. Подбрасывание мяча одной и ловля	1. Ползание по гимнастической скамейке на	1. Ходьба по скамейке	1. Отбивание мяча одной рукой.

	<p>другой рукой.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамье на животе.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамье с поворотом.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.</p>	<p>ладонях и коленях.</p> <p>2.Ходьба по скамейке, на середине поворот, хлопнуть в ладоши сидя.</p> <p>3.Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>4.Лазанье в обруч правым и левым боком.</p> <p>5.Ходьба боком через набивные мячи</p> <p>6.Прыжки через шнуры, на левой и правой ноге.</p>	<p>приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через шнуры</p> <p>3.Ведение мяча между кеглями</p> <p>4.Ходьба по скамейке боком</p> <p>5.Ходьба с мешочком на голове.</p>	<p>2.Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении</p> <p>3.Прыжки с высоты 40см на мат.</p> <p>4.Отбивание мяча одной рукой с забрасыванием в кольцо.</p> <p>6.Лазанье в обруч.</p>
Подвижные игры	«Что мы видели не скажем, а что делаем, покажем»	«Мы – весёлые ребята»	«Хищник в море»	«Летучая мышь»
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному

Ноябрь

Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами; разучить ходьбу по канату, положенному на пол, прыжки через короткую скакалку, бросание мешочка в цель, переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, ползании под шнур, прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба с высоким подниманием коленей. Бег враспынную между кеглями, с изменением направления, перестроение в колонну по 2 и по3, в шеренгу.			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С султанчикам и	С султанчиками
Основные виды движений	1.Прыжки между кеглями, зажав мяч. 2.Прокатывание мяча под дугу. 3.Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Ходьба по скамье.	1.Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 2.Прыжки на одной ноге между предметами 3.Ходьба по скамье с хлопками 4. «Проползи не урони» 5. Прыжки на на двух ногах между предметами 6. Ходьба по скамье с предметом на голове	1.Прыжки из глубокого приседа 2.Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3.Метание набивного мяча вдаль 4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5– 6 набивных мячей.
Подвижные игры	«Листочки – налево, цветочки – направо»	«Караси и щуки»	«Два Мороза» «Догони валенок»	«Наряди елочку»,
Малоподвижные игры	«Мышка в норке» (пролезание в обруч)	«Летят птички»	Ходьба в колонне парами с флажком в руках	Ходьба в колонне парами с флажком в руках

Декабрь

<p>Задачи: закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бег с преодолением препятствий, парами, перестроение из одной колонны в две и три; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках, переменном перепрыгивании на левой и правой ногах, в лазании по гимнастической лестнице с переходом с пролета на пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.</p>				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты на право, на лево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения</p>			
Общеразвивающие упражнения	Со снежинками	Без предметов	С султанчиками	Без предметов
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Вис на гимнастической стенке</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове</p> <p>2. Пролезание в обруч боком</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями</p> <p>4. Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>1. Подбрасывание одной и ловля другой.</p> <p>2. Ползание на четвереньках, между предметами.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>4. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>5. Прыжки со скамьи на мат</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической стенке в сторону</p> <p>3. Ходьба боком по скамье</p> <p>4. Лазание по стенке</p>
Подвижные игры	«Два Мороза»	«Снежные круги»	«Два Мороза»	«Догони валенок»
Малоподвижные игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением	Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Прогулка в зимний лес». Ходьба в колонне по одному	«Заморожу»

	М дыхательных упражнений			
--	--------------------------------	--	--	--

Январь

Задачи: разучить приставной шаг, прыжки на мягкое покрытие; закрепить перестроение в три колонны, переползание по скамье; развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом, навыки ходьбы с чередованием с бегом с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; повторить упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с 61 остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
Общеразвивающие упражнения	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием и перепрыгиванием палок 2. Ходьба по гимнастической скамье 3. Ходьба по гимнастической скамье руки за головой 4. Ходьба по кругу с палкой	1. Прыжок в длину с места 2. «Ласточка» 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Прыжок в длину с места 5. «Мост» 6. Катание мяча в ворота, сидя на полу	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ходьба по рейке скамьи 4. Подбрасывание мяча другу 5. Лазанье под шнур 6. Ходьба боком по рейке скамьи	1. Ходьба по двум скамейкам парами 2. Ползание на четвереньках по скамье 3. Прыжок через скакалку 4. Ползание на четвереньках между предметами и 5. Ходьба по рейке скамьи руки за головой 6. Прыжок на мат со скамьи.

Подвижные игры	«Собери снежинку»	«Снежные круги»	«Собери елочку»	«Два Мороза»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	Ходьба «змейкой» по верёвке, по косичке «Путешествие по реке»	Имитация движения «Лепим Снеговика»

Февраль

Задачи: упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в прыжках, в бросании малого мяча, в ходьбе и беге с изменением направления, в ползании по гимнастической скамье, ходьбе и беге между предметами, в перебросе мяча друг другу; закрепить равновесие, осанку в ходьбе по повышенной площади опоры, энергично отталкивание при прыжках; развивать ловкость и глазомер при метании в цель.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С гантелями	Без предметов	С ленточками
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке и перешагивание через мячи 2. Бросок мяча в корзину 3. Прыжки через шнуры 4. Ходьба по рейке скамьи, приставляя пятку к носку 5. Прыжок вперёд между предметами	1. Подскоки попеременно 2. Переброс мяча друг другу 3. Лазанье под дугу 4. Прыжки на двух ногах между предметами 5. Ползание между предметами и на коленях и ладонях 6. Переброс	1. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на один пролет. 2. Ходьба парами по двум скамьям 3. Метание мешочков в вертикальную цель 5. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики 6. Метание мешочков в горизонтальную цель	1. Ползание между предметами на коленях и ладонях 2. Ходьба по скамье с хлопками 3. Прыжок из обруча в обруч 4. Лазанье по гимнастической стенке 5. Ходьба по скамье с мешочком на голове 6. «Передал – садись»

		мяча в парах		
Подвижные игры	«Лети на свой аэродром»	«Слушай мою команду»	«Летчики»	Собери букет для мамы», «большая стирка»
Малоподвижные игры	«На парад!» Ходьба парами с флажками	«На парад!» Ходьба парами с флажками	«Ручеек»	«Найди и промолчи»

Март

Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение по 3, 4, лазание по гимнастической стенке; упражнять в сохранении равновесия, в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках, в беге до 3 мин, в ведении мяча ногой; развивать координацию в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность попадания в метании; разучить вращение обручей.

Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
Общеразвивающие упражнения	С ленточками	Без предметов	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой руки в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом

	Подлезание в обруч разными способами		середине одна. 5.Ведение мяча ногой.	
Подвижные игры	«Горелки»	«Петушок»	«Ловишки с ленточкой»	«Охотники и зайцы»
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Угадай по голосу»	Имитация движений водных обитателей	«Ручеек»

Апрель

Задачи: развивать умение ходить по ограниченной площади опоры, по кругу во встречном направлении; закрепить ходьбу с изменением направления, бег с высоким подниманием бедра, навыки ведения мяча в прямом направлении, лазание по гимнастической скамье, метание на дальность; повторить прыжки с продвижением вперед, равновесие; совершенствовать прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.			
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С мячом	С флажками
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной. 2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3.Переброска мячей в шеренгах 4.Ходьба по	1.Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2.Пролезание в обруч боком 3.Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через	1.Ходьба по скамейке спиной вперед 2.Прыжки в длину с разбега 3.Метание вдаль набивного мяча 4.Прокатывание обручей друг другу	1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2.Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на

	гимнастической скамейке боком 5Прыжки на двух ногах через скакалку	короткую скакалку		другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Совушка»	«Гуси – лебеди»	«Лягушки и цапля»	«Граница»
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики	Перестроения в колонны по 2, по 3

Май

Задачи: разучить бег на скорость, бег со средней скоростью до 100м; упражнять в прыжках в высоту с разбега, в прыжках в длину, метании мяча в цель, мешочка на дальность; повторить прыжки через скакалку, ведение мяча.				
Этапы занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Вводная часть	Повторить разные виды ходьбы и бега, строевые упражнения.			
Общеразвивающие упражнения	С флажками	С обручем	С султанчиками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание набивного	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастичес	1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгив

	мяча. 4. Ходьба по гимнастической скамейке спиной к ней	на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3.Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	кой стенке 3.Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	ание через скамейку с продвижением вперед 4.Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Летчики» «Донесение»	«Мы туристы», «Кто пришел»	«Школа мяча»	«Классы»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	Ходьба по тропе здоровья

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Материально-техническое обеспечение и оснащенность способствует осуществлению процесса образовательной деятельности и реализации образовательной программы дошкольного образования МБДОУ и организовано в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащению помещений, развивающей предметнопространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы);
- правилами пожарной безопасности и электробезопасности.

Для занятий физической культурой в Учреждении функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка. Зал оснащен всем

необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей.

3.2 Учебный план, циклограмма деятельности

Учебный план

Группа	Продолжительность занятий (мин)	Кол-во занятий в неделю		Кол-во занятий в год
		В помещении	На воздухе	
2 младшая	15 мин	2	1	108
средняя	20 мин	2	1	108
старшая	25 мин	2	1	108
подготовительная	30 мин	2	1	108

Утренняя гимнастика

Группа	Продолжительность занятий (мин)
2 младшая	5-6 мин
средняя	6-8 мин
старшая	8-10 мин
подготовительная	10-12 мин

Циклограмма

распределение рабочего времени на 2021-2022 учебный год

Дни недели	Время проведения	Виды работы
Понедельник	08.00-16.40	1) Подготовка рабочего места к проведению занятий 2) Утренняя гимнастика 3) 09.00-11.00 Проведение занятий 4) Индивидуальная работа 5) Разработка консультация для родителей
Вторник	08.00-16.40	1) Подготовка рабочего места к проведению занятий 2) Утренняя гимнастика 3) 09.00-11.00 Проведение занятий 4) Индивидуальная работа 5) Изучение методической литературы
Среда	08.00-16.40	1) Подготовка рабочего места к проведению занятий 2) Утренняя гимнастика 3) 09.00-11.00 Проведение занятий

		4) Индивидуальная работа 5) Изготовление музыкальных пособий
Четверг	08.00-16.40	1) Утренняя гимнастика 2) Разработка консультация для педагогов 3) Индивидуальная работа 4) Создание картотеки музыкальных игр 5) Подготовка рабочего места к проведению занятий 6) 15.30-16.30 проведение занятий
Пятница	08.00-16.40	1) Подготовка рабочего места к проведению занятий 2) Утренняя гимнастика 3) 09.00-11.00 Проведение занятий 4) Индивидуальная работа 5) Заполнение документации

3.3. Особенности, организации развивающей предметно-пространственной среды

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально-бытового или культурно-эстетического характера. Это условия существования человека, его жизненное пространство. Среда может приобретать специально проектируемую направленность, и в этом случае о ней говорят как о важном факторе формирования личности — образовательной среде. Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Программа инструктора по физической культуре реализуется с использованием оснащения, которое уже имеется в дошкольной организации, главное, соблюдать требования ФГОС ДО и принципы организации пространства, обозначенные в Программе. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна быть:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;

- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

Основные принципы организации среды

Оборудование спортивного зала должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель соответствовать росту и возрасту детей, игрушки — обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста. Пространство спортивного зала организуется в виде разграниченных зон, оснащенных большим количеством развивающего спортивного оборудования, которое должны быть безопасным и доступны детям. Оснащение уголков меняться в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

Спортивное оборудование скомплектовано в соответствии с разными видами движений, подвижных и спортивных игр.

Для ходьбы, бега, равновесия :

- Кубы ,
- Кегли,
- Коврик массажный,
- Скамейка гимнастическая
- Дорожка-змейка (канат),
- Доска с ребристой поверхностью,
- обручи,
- мешочки с грузом большие

Для прыжков:

- обручи,
- палки,
- мат,
- скакалка короткая,
- скакалка длинная,
- мячи набивные,
- косички,
- кирпичики,
- полоски из линолеума.

- комплект сборно–разборной полосы препятствий,

Для катания, бросания, ловли, метания :

- кегли (набор),
- кольцеброс (набор),
- мешочек с грузом малый,
- мишень навесная,
- мяч утяжеленный (набивной),
- мячи разных размеров,
- баскетбольное кольцо,
- обручи,
- фитболы (мячи большого размера)

Для ползания и лазанья:

- дуга большая,
- дуга малая,
- верёвка,
- лабиринт игровой,
- стенка гимнастическая деревянная ,
- комплект сборно–разборной полосы препятствий

Для общеразвивающих упражнений:

- гантели,
- гимнастические палки,
- ленточки,
- обручи,
- массажные мячики,
- мячи,
- косички.

Для подвижных игр:

Используем эмблемы для обозначения ролей в подвижных играх,
карточки - схемы ОРУ,
полосы препятствий,
схемы для выполнения круговой тренировки.

Наличие разнообразного оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники.

3.5 Аннотация

Рабочая программа инструктора по физической культуре спроектирована на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 120», с учётом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, особенностей региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, кроме того учтены концептуальные положения используемой в МБДОУ Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей. По действующему СанПиН 2.4.1.3049-13 организованную образовательную деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста организуют не менее 3 раз в неделю, длительностью от 10 до 30 минут (в соответствии с возрастом дошкольников). Один раз в неделю круглогодично проводим организованную образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных погодных условиях организованную образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе. Задача инструктора по физической культуре не превращать организованную образовательную деятельность в урок, а использовать формы работы с детьми, соответствующие их возрасту, указанные в программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

Список литературы

1. Безруких М.М., Т.А. Филиппова. Разговор о правильном питании. – М.: Олма-Пресс, 2000.
2. Зайцев Г.К. «Уроки Айболита. Раста здоровым». – СПб.: «Акцидент», 1996
3. Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра». – СПб.: «Акцидент», 1995
4. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду". Примерные планы и конспекты занятий /Под ред. Т.С. Яковлевой. –М.: Школьная Пресса, 2007.
5. Модели здоровьесберегающих технологий, используемых в работе с детьми дошкольного возраста". Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве /Отв. ред. Л.Е. Курнешова. –М.: Центр «Школьная книга», 2007.
6. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.
7. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
8. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010. 87
9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
10. Пензулаева Л.И.. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Владос, 2002.
11. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
12. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
13. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
14. Шебеко В.Н., Н.Н. Ермак. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Просвещение, 2003.
15. Щербак А.П.. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Владос, 1999.