

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка - детский сад № 33  
Красносельского района Санкт-Петербурга

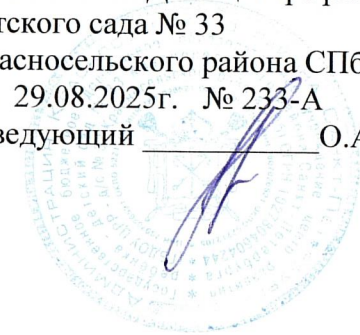
**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБДОУ центра развития ребенка –  
детского сада № 33  
Красносельского района СПб  
Протокол от 28.08.2025г. № 1

С учетом мнения Совета родителей  
ГБДОУ ЦРР-д/с № 33  
Красносельского района СПб  
Протокол от 28.08.2025 г. № 4

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом ГБДОУ центра развития ребенка –  
детского сада № 33  
Красносельского района СПб  
От 29.08.2025г. № 233-А  
Заведующий \_\_\_\_\_ О.А.Лагута



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
(1,5-7 ЛЕТ)  
УЧЕБНЫЙ ГОД 2025-2026**

Авторы:-составители  
Инструкторы по физической культуре:  
Лысенко Татьяна Влаимировна  
высшая квалификационная категория  
Лаврененко Злата Юрьевна  
первая квалификационная категория

**Санкт-Петербург  
2025**

## СОДЕРЖАНИЕ

| №           | Разделы программы                                                                                                           | Стр. |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
|             | Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре                                                            |      |
| <b>1.</b>   | <b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>                                                                                                       |      |
|             | Пояснительная записка                                                                                                       |      |
| <b>1.1.</b> | Цель и задачи реализации Программы                                                                                          |      |
| <b>1.2.</b> | Принципы и подходы к формированию Программы                                                                                 |      |
| <b>1.3.</b> | Характеристика особенностей развития                                                                                        |      |
| <b>1.4.</b> | Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы                                                                    |      |
| <b>1.5.</b> | Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов Программы                                                     |      |
| <b>2.</b>   | <b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>                                                                                                |      |
| <b>2.1.</b> | Планирование образовательной деятельности детей 3-7лет по физическому развитию образовательной области ФГОСДО и ФОП ДО      |      |
| <b>2.2.</b> | Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса (региональный компонент)                                 |      |
| <b>2.3.</b> | Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы                                                 |      |
| <b>2.4.</b> | Особенности образовательной деятельности различных видов и культурных практик                                               |      |
| <b>2.5.</b> | Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников                                               |      |
| <b>2.6.</b> | Рабочая Программа воспитания                                                                                                |      |
| <b>3.</b>   | <b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>                                                                                               |      |
| <b>3.1.</b> | Психолого-педагогические условия реализации Программы                                                                       |      |
| <b>3.2.</b> | Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды                                                        |      |
| <b>3.3.</b> | Материально-технического обеспечения Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания |      |
| <b>3.4.</b> | Распорядок пребывания воспитанников в ДОУ                                                                                   |      |
| <b>3.5.</b> | Требования и показатели организации образовательного процесса к режима дня                                                  |      |
| <b>3.6.</b> | Перспективное планирование по физической культуре                                                                           |      |
| <b>3.7.</b> | Календарный план образовательной и воспитательной работы                                                                    |      |

## **Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ГБДОУ ЦРР д/с № 33 Красносельского района СПб (наименование образовательной организации)

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Рабочая программа инструктора по физической культуре состоит из трех основных разделов: целевой, содержательный, и организационный.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 3х до 7 лет, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению «Физическое развитие»

### **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

#### **Пояснительная записка**

Рабочая программа построена на основе Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ п. 6 ст. 28;
- Закон «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48 «Обязанности и ответственность педагогических работников»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования,
- Конвенцией о правах ребенка ООН;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрирован 27.01.2023 № 72149)
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Рабочая программа соотнесена с образовательной программой Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад № 33 Красносельского района Санкт-Петербурга построенная на основе ФГОС ДО на содержании ФОП ДО и Положении о Рабочей программе педагога в Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад № 33 Красносельского района Санкт-Петербурга

### **1.1 Цель и задачи реализации образовательной программы дошкольного образования**

На основании выводов и результатов анализа деятельности ГБДОУ за прошлый год (аналитический отчет о результатах деятельности ДОУ за 2024 – 2025 учебный год) определены цели и задачи ДОУ на 2025–2026 учебный год

**Целью Программы** – Продолжить работу по созданию единого образовательного пространства, направленного на повышение качества дошкольного образования, для формирования общей культуры личности детей, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности и самостоятельности в соответствии с требованиями современной образовательной политики, социальными запросами, потребностями личности ребенка и с учетом социального заказа родителей.

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей;

1. Всестороннее физическое совершенствование функций организма
2. Формирование жизненно необходимых физических навыков, умений ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. Обеспечение физического и психического благополучия.

### **1.2. Принципы и подходы к формированию программы**

Программа построена на следующих принципах, установленных ФГОС ДО и Федеральной программой (п. 1.4 ФГОС ДО, п. 14.3. ФП ДО):

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- сотрудничество ДОУ с семьей;
- формирование познавательного интереса и действий ребенка в различных видах деятельности
- вариативность образования, предполагает использования различных форм физического совершенствования детей в зависимости от состояния их здоровья, задач, двигательной подготовленности, особенностей развивающей среды ДОУ;
- вовлечение ребенка в различные виды деятельности, использование игр и упражнений, что способствует обогащению памяти, речи, мышлению и развитию физических способностей
- системное и регулярное формирование знаний и умений в области физической культуры
- последовательное, структурное и поэтапное освоения нового движения, соблюдение техники выполнения
- использование всех органов (слух, зрение, вестибулярный аппарат). Обучение двигательному действию начинается с формирования представлений о нем.

### **1.3. Характеристика особенностей развития детей**

При разработке Программы учитывались возрастные характеристики развития детей дошкольного возраста.

#### **Возраст 1,5-3 лет**

У ребенка с 2 до 3 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 - 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства.

В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S - образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В раннем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д.

С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. На протяжении первых 2-3 лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности.

Проявления в психическом развитии: - хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить; - стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами). Ранний возраст является особенно благоприятным периодом для освоения речи. Речь перестраивает все психические процессы ребёнка: восприятие, мышление, память. Она открывает возможность для совершенно новых и специфически человеческих форм внешней и внутренней жизни: сознания, воображения, планирования, управления своим поведением, логического и образного мышления и новых форм общения. Познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

### **Возраст 3-4**

В возрасте 3-4 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес, рост, объем головы, объем грудной клетки и др. С возрастом, естественно, эти показатели изменяются. Так, объем грудной клетки увеличивается интенсивнее, чем объем головы.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 3-4 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли. Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

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

Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнений. Например, ходьба на лыжах не должна превышать 5-10 мин., с перерывом на отдых. Отдыхая (2-3 минуты), дети могут постоять на лыжах, посмотреть на заснеженные деревья. Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Сердечно-сосудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 3-4 лет от 62 до 87, а частота дыхания от 15 до 21. Регуляция сердечной деятельности к четырем годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или

побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях. Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечной мышцы восстанавливается.

### **Возраст 4-5**

Общие физические возможности детей в 4-5 лет существенно возрастают. Так, заметно улучшается их координация. Большинство движений выглядят со стороны увереннее. Моторика активно развивается. Ребёнок становится ловким и быстрым. Мышцы растут быстро, но неравномерно. Из-за этого ребёнок 4-5 лет мгновенно устаёт. Эту особенность необходимо учитывать взрослым, чтобы дозировать физические нагрузки, во время занятий нужны паузы для отдыха.

Средняя прибавка роста за год должна составлять 5-7 см, массы тела — до 2 кг. Скелет отличается гибкостью, потому что процесс окостенения не закончен. Так что *силовые упражнения противопоказаны*, а вот за осанкой и позами родителям и воспитателям нужно постоянно следить.

Возрастает потребность организма в кислороде. Особенность дыхательной системы заключается в том, что брюшной тип заменяется грудным. Увеличивается ёмкость лёгких.

Особенность сердечной деятельности заключается в том, что ритм сердечных сокращений легко нарушается, так что при значительных физических нагрузках сердечная мышца утомляется. Это можно увидеть по покраснению или побледнению лица, учащённому дыханию, одышке, некоординированным движениям. Поэтому так важно вовремя переключаться на иной характер деятельности.

Процесс возбуждения преобладает, так что в моменты обиды не избежать бурных эмоциональных реакций и демонстративного несоблюдения правил поведения. Усиливается эффективность воспитательных мер, направленных на нервные процессы. Быстрое образование условно-рефлекторных связей. Условное торможение формируется с трудом. Поэтому, что-то один раз запретив ребёнку, не нужно ждать, что это отпечатается в его памяти навсегда. Чтобы он усвоил до конца тот или иной запрет, необходимо его постоянно закреплять с ним.

Эмоционально окрашенная двигательная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей, которых отличает довольно высокая возбудимость.

### **Возраст 5-6**

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и психофизических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), 11 дружеских взаимоотношений.

На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений. Осваивают новые движения: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной

рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приёмами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Воспитатель уделяет внимание качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На занятии педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

## **Возраст 6-7**

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. Во вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

Воспитатель должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений. На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

| Подготовительный возраст |        |     |     | Старший возраст |        |     |     |
|--------------------------|--------|-----|-----|-----------------|--------|-----|-----|
|                          | Кол-во | дев | мал |                 | Кол-во | дев | мал |
| Группа № 18              | 24     | 10  | 14  | Группа №11      | 20     | 15  | 5   |
| Группа №19               | 23     | 16  | 7   | Группа № 3      | 23     | 11  | 12  |
| Группа №20               | 27     | 15  | 12  | Группа №12      | 18     | 13  | 5   |

| Средний возраст |        |     |     | Младший возраст |        |     |     |
|-----------------|--------|-----|-----|-----------------|--------|-----|-----|
|                 | Кол-во | дев | мал |                 | Кол-во | дев | мал |
| Группа № 15     | 21     | 10  | 11  | Группа № 10     | 24     | 8   | 16  |
| Группа № 16     | 18     | 11  | 7   | Группа №9       | 27     | 11  | 16  |

| Ранний возраст |        |     |     |
|----------------|--------|-----|-----|
|                | Кол-во | дев | мал |
| Группа № 4     | 24     | 11  | 13  |
| Группа № 13    | 19     | 8   | 11  |
| Группа №14     | 17     | 6   | 11  |

### Группа здоровья

| Подготовительный возраст |   |   |   |   |   | Старший возраст |   |   |   |   |   |
|--------------------------|---|---|---|---|---|-----------------|---|---|---|---|---|
|                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Группа №18               |   |   |   |   |   | Группа № 11     |   |   |   |   |   |
| Группа № 19              |   |   |   |   |   | Группа № 3      |   |   |   |   |   |
| Группа №20               |   |   |   |   |   | Группа №12      |   |   |   |   |   |

| Средний возраст |   |   |   |   | Младший возраст |             |   |   |   |   |   |
|-----------------|---|---|---|---|-----------------|-------------|---|---|---|---|---|
|                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5               |             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Группа №15      |   |   |   |   |                 | Группа №9   |   |   |   |   |   |
| Группа №16      |   |   |   |   |                 | Группа № 10 |   |   |   |   |   |
| Группа №17      |   |   |   |   |                 | Группа №    |   |   |   |   |   |

| Ранний возраст |   |   |   |   |
|----------------|---|---|---|---|
|                | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Группа № 4     |   |   |   |   |
| Группа № 13    |   |   |   |   |
| Группа №14     |   |   |   |   |

#### 1.4. Планируемые результаты освоения воспитанниками программы

На основе целевых ориентиров ФГОС ДО в Программе И планируемых результаты на основе ФП п.15.1. – 15.4. раздел II ФП ДО в программе сформулированы планируемые результаты освоения детьми разных возрастных групп.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной Программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении образовательной Программы ДОУ и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

##### Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;
- ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого;
- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;

##### Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

##### К четыре годам:

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;

#### **К пяти годам:**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость,
- гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;

#### **К шести годам:**

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых

видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

- ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;

- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;

- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

#### **Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста):**

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

### 1.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Инструментарий для проведения педагогической диагностики (методики, технологии, способы сбора и хранения аналитических) составлены Лысенко Т.В, Лаврененко З.Ю утверждены педагогическим советом.

Педагогическая диагностика проводится педагогическими работниками:

В группах дошкольного возраста – сентябрь и – май. В группах раннего возраста – октябрь, май. В сентябре учет проводится с целью выявления стартовых условий, в рамках которого определяются:

достижения; индивидуальные проблемы, проявления, требующие педагогической поддержки.

В мае учет проводится с целью оценки степени решения поставленных задач; определения перспектив дальнейшего проектирования педагогического процесса.

**Возраст от 2 до 3 лет**

Основные движения:

- 1) ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м
- 2) ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы
- 3) непрерывный в течение 20-30-40 секунд
- 4) прыжки на двух ногах на месте (10—15 раз)
- 5) ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м)

Система оценки по критериям освоения программы:

- 1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения
- 2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно
- 3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

- 1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения
- 2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно

3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

### **Возраст от 3 до 4 лет**

#### Основные движения:

- 1) бросание мяча о землю и ловля его
- 2) ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли
- 3) ходьба «змейкой»
- 4) в длину с места (не менее 40 см)
- 5) Бег 1 минуту
- 6) Ходьба по гимнастической скамейке

#### Система оценки по критериям освоения программы:

1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения

2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно

3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

### **Возраст от 4 до 5 лет**

#### Основные движения:

- 1) отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд
- 2) подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд
- 3) попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;
- 4) челночный бег 2х5 м
- 5) в длину с места (не менее 40 см)
- 6) стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед

#### Система оценки по критериям освоения программы:

1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения

2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно

3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

### **Возраст от 5 до 6 лет**

#### Основные движения:

- 1) подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд
- 2) ведение мяча 5-6 м
- 3) метание в цель предметы разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)
- 4) ползание на четвереньках по скамейке (лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом)
- 5) челночный бег 2х10 м
- 6) прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку
- 7) «ласточка»

#### Система оценки по критериям освоения программы:

1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения

2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно

3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

**Возраст от 6 до 7 лет**

Основные движения:

- 1) бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд
- 2) отбивание одной рукой не менее 10 раз
- 3) перелезание с пролета на пролет по диагонали на гимнастической стенке
- 4) челночный бег 3х10 м
- 5) Прыжки в длину
- 6) Прыжки на скакалке
- 7) кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы

Система оценки по критериям освоения программы:

1 балл – ребенок не имеет представления, не выполняет упражнения

2 балла – ребенок частично выполняет упражнение, неточно и неуверенно

3 балла- ребенок выполняет уверенно, самостоятельно и точно выполняет упражнения

**Диагностический инструментальный специалистов ДОУ**

|                                   |                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Инструктор по физической культуре | Инструментарий для проведения педагогической диагностики (методики, технологии, способы сбора и хранения аналитических) составлены Лысенко Т.В, Лаврененко З.Ю утверждены педагогическим советом. |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Планирование образовательной деятельности детей 3-7 лет по физическому развитию образовательной области ФГОСДО и ФОП ДО

| Инвариантная часть 60%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Вариативная часть 40%                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Задача                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Виды деятельности особенности образовательной деятельности в разных видах и культурных практик                                                                                                          | Инструментарий (УМК, парциальные программы, технологии, методы и приемы) (описания вариативных форм, способов, методов и средств реализации задач программы)                                                                                                                                                                                                                                                  | ППРС (способы поддержки детской инициативы)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>От 1 года до 2 лет.</b></p> <p>- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;</p> <p>- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным</p> | <p>инструктор активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.</p> | <p>1) <b>Основная гимнастика</b> (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). см. ФОП ДО</p> <p>2) <b>Подвижные игры.</b></p> <p>3) <b>Формирование основ здорового образа жизни</b></p> | <p>Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка. Сценарии игр. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр, когда за окном дождь. Сценарии игр. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 1–3 года. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 5–7 лет</p> <p>Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации, картотека</p> | <p>инструктор поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные подвижные (картотека подвижных игр 1-2 лет)</p> <p>В группе созданы условия для овладения основными движениями, развитием моторных навыков, управлением своим телом, координировать свои действия.</p> <p>деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>действиям;</p> <p>- укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.</p>                                                                                          | <p>В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.</p> <p>Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.</p> |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>От 3 лет до 4 лет</b></p> <p><b>обогащать</b> двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая</p> | <p>инструктор формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для</p>                                                                                                                                                                                 | <p><b>1)Основная гимнастика</b> (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).см.ФОП ДО</p> <p><b>2) Подвижные игры:.</b></p> <p><b>3)Спортивные упражнения:</b></p> <p><b>4) Формирование основ</b></p> | <p>Казина О. Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей (для занятий с детьми 2–5 лет). Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка. Сценарии игр. Ульева Е. А. 100 увлекательных игр для уверенности в себе.</p> | <p>инструктор поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры (картотека подвижных игр 3-4 лет)</p> <p>В зале созданы условия для воспитания умения действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;<br/> <b>развивать</b> психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;<br/>         формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;<br/> <b>укреплять</b> здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;<br/> <b>закреплять</b> культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.</p> | <p>активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе.<br/>         Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.</p> <p>Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.</p> | <p><b>здорового образа жизни</b></p> | <p>Сценарии игр.<br/>         Ульева Е. А. 100 увлекательных игр, когда за окном дождь.<br/>         Сценарии игр. Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 2–3 года.<br/>         Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 3–5 лет.<br/>         Харченко Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. 5–7 лет<br/>         Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года).</p> <p>Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к образовательной программе физического развития детей дошкольного возраста», автор Н. А. Фомина<br/>         Бережнова, О. В. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет "Малыши-крепыши" / О.В. Бережнова, В.В. Бойко. - М.: Цветной мир, 2016</p> | <p>действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).</p> <p>3. С помощью инвентаря инструктор обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе</p> <p>о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p> |
| <p><b>Физкультурные досуги:</b> досуг проводится 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20–25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

упражнения.

**Дни здоровья:** в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>4-5 лет</b></p> <p><b>обогащать</b> двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p><b>формировать</b> психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;</p> <p><b>воспитывать</b> волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать</p> | <p>инструктор формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными</p> | <p><b>1) Основная гимнастика</b> (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). см.ФОП ДО</p> <p><b>2) Подвижные игры:</b></p> <p><b>3) Спортивные упражнения:</b></p> <p><b>Катание на санках:</b> подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.</p> <p><b>Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</b> по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.</p> <p><b>Ходьба на лыжах:</b></p> | <p>Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет). Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к образовательной программе физического развития детей дошкольного возраста», автор Н. А. Фомина Бережнова, О. В. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет "Малыши-крепыши" / О.В. Бережнова, В.В. Бойко. - М.: Цветной мир, 2016</p> | <p>1)инструктор продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников;</p> <p>2)приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).</p> <p>3) инструктор обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных досуги на</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;</p> <p><b>продолжать</b> формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, <b>формировать</b> первичные представления об отдельных видах спорта;</p> <p><b>укреплять</b> здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p><b>формировать</b> представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности</p>                                        | <p>нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p> | <p>скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуёлочкой".</p> <p><b>Плавание:</b> погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p> <p><b>4) Формирование основ здорового образа жизни:</b></p> |  | <p>свежем воздухе.</p> <p>4. С помощью вопросов, игр, бесед педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое)</p> <p>С помощью ИКТ формирует первичные представления об отдельных видах спорта</p> |
| <p><b>Физкультурные праздники и досуги:</b> педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p><b>Досуг организуется 1-2 раза</b> в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.</p> <p><b>Досуги и праздники</b> могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и</p> |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

**Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца.** В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>От 5 лет до 6 лет</b></p> <p><b>обогащать двигательный опыт,</b> создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;</p> <p><b>развивать</b> психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> | <p>инструктор совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в</p> | <p><b>1) Основная гимнастика</b> (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).СМ. ФОП ДО</p> <p><b>2) Подвижные игры:</b></p> <p><b>3) Спортивные игры:</b></p> <p>.</p> <p><b>4) Спортивные упражнения</b></p> <p><b>5) Формирование основ здорового образа жизни:</b> педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная</p> | <p>Казина О. Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей (5–7 лет). Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет).</p> <p>Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к образовательной программе физического развития детей дошкольного возраста», автор Н. А. Фомина Завьялова Т.П. Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения. — Тюмень, 2004. Бережнова, О. В.</p> | <p><b>2.С помощью атрибутов в ППРС зала педагог</b> продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх , в играх с элементами соревнования играх-эстафетах оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.</p> <p>инструктор обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми;</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>воспитывать патриотические</b> чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p><b>продолжать развивать</b> интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p><b>укреплять здоровье ребёнка</b>, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p><b>расширять представления о здоровье и его ценности</b>, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p><b>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих,</b></p> | <p>двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p> | <p>гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижений российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).</p> | <p>Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет "Малыши-крепыши" / О.В. Бережнова, В.В. Бойко. - М.: Цветной мир, 2016</p> | <p>воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей;</p> <p>развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх</p> <p>4) инструктор обучает детей элементам спортивных которые проводятся в спортивном зале или на спортивной</p> <p><b>Элементы баскетбола:</b> перебрасывание мяча друг другу от груди;</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>                                                                                                                           |  |  |  | <p>ведение мяча правой и левой рукой;<br/>забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.</p> <p><b>Элементы пионербола:</b></p> <p>перебрасывание мяча друг другу через сетку; отбивание мяча правой и левой рукой;<br/>перебрасывание мяча через сетку разными способами упрощенным правилам.</p> <p><b>Бадминтон:</b> отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p> <p><b>Элементы футбола:</b><br/>отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов;<br/>отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по</p> |
| <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p> |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание</p>                                                                                                                            |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>6-7 лет</b></p> <p><b>обогащать двигательный опыт</b> детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p><b>развивать психофизические качества</b>, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p><b>поощрять соблюдение правил в подвижной игре</b>, проявление инициативы и самостоятельности</p> | <p>инструктор создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом,</p> | <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). СМ. ФОП ДО</p> <p><b>2) Подвижные игры:.</b></p> <p><b>3) Спортивные игры:</b></p> <p><b>4) Спортивные упражнения:</b> педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и</p> | <p>Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет). Помораева И.А., Позина В.А. Пособия для педагогов «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к образовательной программе физического развития детей дошкольного возраста», автор Н. А. Фомина Кириллова Ю. А.</p> | <p><b>2. инструктор</b> продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p><b>воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества</b> и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p><b>формировать осознанную потребность в двигательной деятельности</b>, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p><b>сохранять и укреплять здоровье</b> детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p><b>воспитывать бережное, заботливое отношение к</b></p> | <p>амплитудой.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>инструктор продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных</p> | <p>климатических особенностей.</p> <p><b>5) Формирование основ здорового образа жизни:</b> педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое</p> | <p>Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4—7 лет. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009</p> <p>Кириллова Ю. А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.</p> <p>Нищева Н. В. Логопедическая ритмика в системе коррекционной работы в детском саду. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014.</p> <p>Парциальной программы по физическому развитию «Старт» Л. В. Яковлевой</p> <p>Бережнова, О. В. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет "Малыши-</p> | <p>пространстве.</p> <p>инструктор поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность.</p> <p>Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать</p> <p>Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности.</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                        |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям. | мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. | самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей. | крепьши" / О.В. Бережнова, В.В. Бойко. - М.: Цветной мир, 2016 | <p>Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской 3. педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p><b>Элементы баскетбола:</b> передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  | <p>руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p><b>Элементы пионербола:</b></p> <p>перебрасывание мяча друг другу через сетку; отбивание мяча правой и левой рукой; перебрасывание мяча через сетку разными способами упрощенным правилам.</p> <p><b>Элементы футбола:</b><br/>передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.</p> |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  | <p><b>Элементы хоккея:</b><br/>(без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.</p> <p><b>Бадминтон:</b><br/>перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</p> |
| <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p> |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

**Дни здоровья:** проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

**Туристские прогулки и экскурсии** организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

### Работа воспитателей групп от 5-7 лет и инструктора по физической культуре по разделу «Туризм»

| Сезон и месяцы                                                                                                                         | Тема месяца                            | Содержание работы в группе во взаимодействии с семьей.                                                                                                                                                              | Итоговое мероприятие в группе, которая работает на развитие ППРС | Мероприятие в конце сезона инструктора по физической культуре |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>Осень (сентябрь, октябрь, ноябрь) Тема 1. Природа родного края Природа — наш друг, источник познания, эстетического наслаждения</b> |                                        |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                  |                                                               |
| <b>Сентябрь</b>                                                                                                                        | Экспедиция «Комарово»                  | Разработка экологической тропы и обсуждение с детьми в группе маршрута, форму одежды                                                                                                                                | Проведение экспедиции «Комарово»                                 |                                                               |
| <b>Октябрь</b>                                                                                                                         | Составление Красной книги родного края | Составление Красной книги родного края (редко встречающиеся растения: купальница, ландыш, прострел, белая лилия). Люди, которые заботятся о растениях и животных (ботаники, охотники, лесники, зоологи). Растения в | Составление Красной книги родного края                           | Проведение квест игры                                         |

|                                                                  |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                     |                                       |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|                                                                  |                                                                 | жизни человека (очищают воздух, лечат, питают). Как меняются растения в связи со сменой времени года? Разнообразие растений в экосистемах (луга, леса, поля, моря, озёра, болота, пустыни). Способы размножения растений. Среда их обитания (горы, пещеры, овраги, деревья, пни). Разнообразные способы питания растений, их опыление. Внутреннее строение животных, их поведение и повадки. Что общего у животных и человека? Как животные приспосабливаются к среде обитания? Группы животных (травоядные, хищники, всеядные)                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                     |                                       |
| Зима Тема 2. Мой край родной Город (посёлок), в котором мы живём |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                     |                                       |
| декабрь                                                          |                                                                 | наш родной край, наша малая Родина, здесь мы родились. Возникновение и развитие города: первоначальные поселения, исторические здания, строительство современных микрорайонов, происхождение названия города (села, посёлка). Сведения о местных достопримечательностях, промышленных предприятиях, учреждениях культуры и быта. Улицы нашего города (села). Как они называются? В честь кого названы? «Хорошо у нас в саду!» Путешествуем по экологической тропе, изучаем разные объекты (метеостанция, уголок леса, сада, посадки растений, небольшой водоём с головастиками). «Знаем каждый закоулочек в любимом детском саду». Знакомство с сотрудниками детского сада, посещение помещений разного назначения. | Создание уголка, посвящённого истории детского сада. (альбом, лэпбук и другое, экскурсионные маршруты)              | Проведение «Спартакиада нашего двора» |
| январь                                                           | Дорога к дому<br>Мой дом, какой он — многоэтажный, одноэтажный. | Кем и когда построен мой дом. Моя семья, соседи, друзья. Мой домашний адрес. Дорога от дома до детского сада и обратно. Какие здания и сооружения встречаются по пути. Назначение каждого здания, что в нём расположено. Какие природные объекты (парки, сады, скверы) расположены на пути к детскому саду. Какие микрорайоны есть в городе, почему так названы? Как объяснить другому человеку дорогу? Как самому спросить дорогу? Проезжая часть и пешеходные тротуары. Правила пешехода. Пешеходные переходы. Светофор и его функции. Безопасность на дороге.                                                                                                                                                    | Моделирование разных маршрутов до дома, выбор наиболее удобного, короткого.                                         |                                       |
| ВЕСНА Путешествуем по карте План маршрута                        |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                     |                                       |
| май                                                              | Занимательная физкультура                                       | Занимательные игры интеллектуально-спортивного характера («12 записок», «Стрелки»), разгадывание кроссвордов, ребусов на спортивные темы, игры-пантомимы, мастерская «Очумелые ручки». Преодоление естественных препятствий природного                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Физкультурный праздник<br>Цель результат: отработать занимательные игры, игры с элементами спорт: футбол, пионербол |                                       |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | характера (овраг, ручеёк, бревно) с использованием техники общеразвивающих упражнений (ползание, лазание, равновесие, прыжки). «Видеополяна». Демонстрация мультфильмов, слайдов, документальных фильмов, игры-пантомимы на спортивные темы. |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений:**

**Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

| №  | Мероприятия                                             | Форма работы                                                                      | Периодичность                    |
|----|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 1. | Использование вариативных режимов                       | Основной режим по возрастным группам.                                             | Ежедневно                        |
|    |                                                         | Щадящий режим (рекомендации к основному режиму на период адаптации, по здоровью). | первые две недели, по показаниям |
|    |                                                         | Индивидуальный режим дня (после перенесенных острых заболеваний).                 | после болезни                    |
|    |                                                         | Режим двигательной активности.                                                    | Ежедневно                        |
| 2. | Психологическое сопровождение развития                  | Создание благоприятного, психологически комфортного микроклимата.                 | Ежедневно                        |
|    |                                                         | Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми. | Ежедневно                        |
| 3. | Виды организации режима двигательной активности ребенка |                                                                                   |                                  |
|    | Регламентированная деятельность                         | Утренняя гимнастика                                                               | Ежедневно                        |
|    |                                                         | Физкультминутки                                                                   | Ежедневно                        |
|    |                                                         | Занятия по физическому развитию, в том числе занятие в бассейне                   | 3 раза в неделю                  |
|    |                                                         | Гимнастика пробуждения                                                            | Ежедневно                        |
|    |                                                         | Подвижные игры                                                                    | Ежедневно                        |
|    | Частично регламентированная деятельность                | Спортивные праздники                                                              | 2 раза в год                     |
|    |                                                         | Физкультурные досуги                                                              | 1-2 раза в месяц                 |
|    |                                                         | День Здоровья                                                                     | 1 раз в квартал                  |
|    | Нерегламентированная деятельность                       | Самостоятельная двигательная активность детей                                     | Ежедневно                        |

|    |                                                              |                                                                                                                                                                                                 |                                          |
|----|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 4. | Работа с детьми по формированию основ здорового образа жизни | Словесно-дидактические занятия, сюжетно- ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни. Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности и жизнедеятельности | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Привитие культурно-гигиенических навыков. Воспитание интереса и любви к физической активности                                                                                                   | Ежедневно                                |
| 5. | Профилактические мероприятия                                 | Очищение воздуха в групповых помещениях (бактерицидные лампы)                                                                                                                                   | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Сквозное проветривание                                                                                                                                                                          | ежедневно по графику                     |
|    |                                                              | Соблюдение температурного режима в течение дня согласно нормативно-правовой документации                                                                                                        | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Личная гигиена                                                                                                                                                                                  | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Зрительная гимнастика                                                                                                                                                                           | Ежедневно                                |
| 6. | Общеукрепляющие мероприятия                                  |                                                                                                                                                                                                 |                                          |
|    | Закаливание                                                  | Хождение босиком по массажным дорожкам «дорожке здоровья» (профилактика плоскостопия)                                                                                                           | ежедневно после дневного сна             |
|    |                                                              | Облегченная одежда во время занятий по физической культуре, одежда соответствует сезону                                                                                                         | в течение года                           |
|    |                                                              | Сон без маек                                                                                                                                                                                    | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Сон с доступом свежего воздуха                                                                                                                                                                  | Ежедневно                                |
|    |                                                              | Прогулка два раза в день                                                                                                                                                                        | Ежедневно                                |
|    |                                                              | В летнее время солнечные ванны                                                                                                                                                                  | от 5—6 до 8—10 минут два-три раза в день |
|    |                                                              | Умывание лица, рук до локтя водой комнатной температуры                                                                                                                                         | ежедневно после дневного сна             |

|    |                              |                                                                                                                                                                                                          |                  |
|----|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|    |                              | Мытье ног                                                                                                                                                                                                | ежедневно летом  |
|    |                              | Утренний прием детей на улице в теплое время года                                                                                                                                                        | Ежедневно        |
| 7. | Организация питания          | 10-дневное меню: сбалансированное четырехразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед и уплотненный полдник), удовлетворяющее физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии | 1 раз в 10 дней  |
| 8. | Организация питьевого режима | Бутилированная вода                                                                                                                                                                                      | по желанию детей |
| 9. | Работа с родителями          | Профилактическая работа с родителями: наглядная информация на стендах, выставки детских работ по теме ЗОЖ, информация на сайте ДОУ.                                                                      | Ежемесячно       |
|    |                              | Родительские собрания, рассматривающие вопросы о формировании ЗОЖ.                                                                                                                                       | 1 раз в год      |

#### Используемые методические пособия:

| <b>Физическое развитие</b>                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018    |
| Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3 -4 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018   |
| Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018    |
| Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018    |
| Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018    |
| Пензулаева Л.И. ФГОС Физическая культура в детском саду младшая группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015 |

|                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Пензулаева Л.И. ФГОС Физическая культура в детском саду средняя группа.- М.:МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015                       |
| Пензулаева Л.И. ФГОС Физическая культура в детском саду старшая группа.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015                      |
| Пензулаева Л.И. ФГОС Физическая культура в детском саду подготовительная к школегруппа.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015      |
| Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3- 5 лет. – М.: Владос, 2014                             |
| Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Владос, 2014                              |
| Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–4лет./ М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2019          |
| Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет./М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2019          |
| Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет./М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2019          |
| Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6–7 лет. МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2019              |
| Луконина Н., Чадова Л. Физкультурные праздники в детском саду.-М.: Айрис – Пресс, 2004                                 |
| Прохорова Г. А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет.-М.: Айрис –Пресс, 2004                                          |
| Минаева С. Подвижные игры дома и на улице от 2 до 14 лет.-М.: Айрис, 2006                                              |
| Левина С.А., Тукачева С. И. Физкультминутки.- Волгоград.: Учитель, 2005                                                |
| Петренко Н.Л. Определение физической подготовленности детей старшего возраста. РГПУим. Герцена Санкт – Петербург, 2007 |

## 2.2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса (региональный компонент)

| Направление                 | Содержание направления                                                                                                                                             | Инструментарий реализации через формы взаимодействия воспитывающих взрослых (воспитателей и родителей) и детей                    |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Город чемпионов: знаменитые | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Детство и юношество спортсменов</li> <li>• Начало спортивного пути</li> <li>• Тренировки и питание спортсменов</li> </ul> | Создание в ДОУ презентаций, бесед, рассматривание иллюстраций о спортсменах, которые родились в Санкт-Петербурге. Их достижения и |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| спортсмены, которые родились в Санкт-Петербурге |                                                                                                                                                                                                                                               | путь, желание быть похожими на них, заботится о своем здоровье, укреплять его. |
| Команды чемпионов в городе Санкт-Петербурге     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Понятие командный вид спорта</li> <li>• Какие командные виды спорта существуют</li> <li>• Команды города Санкт-Петербурга</li> <li>• Игры на командообразование</li> <li>• Командные игры</li> </ul> |                                                                                |
| Стадионы и арены города Санкт-Петербурга        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• История создания главных стадионов города Санкт-Петербурга</li> <li>• Мероприятия, которые проводятся в зоне арены и стадиона</li> <li>• Интересные факты о аренах и стадионах</li> </ul>            |                                                                                |

### 2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

#### Виды деятельности

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>В раннем возрасте (1 год — 3 года):</b>                                                                                                       | <b>В дошкольном возрасте (3 года — 8 лет):</b>                                                                               |
| <b>Формы деятельности:</b>                                                                                                                       |                                                                                                                              |
| Младший дошкольный возраст                                                                                                                       | Старший дошкольный возраст                                                                                                   |
| <i>Физическое развитие</i>                                                                                                                       |                                                                                                                              |
| <i>Игровая беседа с элементами движений.</i><br><i>Игра.</i><br><i>Утренняя гимнастика.</i><br><i>Упражнения.</i><br><i>Проблемная ситуация.</i> | <i>Физкультурное занятие. Утренняя гимнастика. Игра.</i><br><i>Спортивные и физкультурные досуги. Спортивные состязания.</i> |

#### Методы, используемые при реализации Программы

При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен

характер познавательной деятельности детей.

| Метод                                             | Содержание                                                                                                          |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Организации опыта поведения и деятельности</i> | <i>Приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы</i> |
| <i>Мотивации опыта поведения и деятельности</i>   | <i>Поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы</i>                                      |

| Название метода                   | Определение метода                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Рекомендация по их применению                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Методы по источнику знаний</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Словесные                         | Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.                                                                                                                                                                                          |
| Наглядные                         | Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются в связи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. | <i>Метод иллюстраций</i> - показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр.<br><i>Метод демонстраций</i> – показ упражнений, и др. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. |
| Практические                      | Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.                                                                                                                                                                                                                                                     | Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием или с целью исследования.                                                                                                                                           |

### Образовательные технологии:

#### Игровые технологии (возраст 1,5-7(8) лет

Цель и задачи:

Игра является самоценной формой активности ребёнка дошкольного возраста. Развитие личности ребенка.

Подобрать средства, активизирующие деятельность детей и повышающие ее результативность.

Не менять ребёнка и не переделывать его, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослого.

Обогащать содержание игр. Включать в игру образовательные задачи.

Игровые технологии применяются во всех частях занятия по физической культуре: в водной, основной и заключительной. Используются сюжетные, образные игры, приемы имитации, игры мини – викторины и тд.

Здоровьесберегающие технологии (возраст 1,5- 7(8) лет

Цель и задачи:

Обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и формирование осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека.

Формировать знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать и охранять его.

Развивать физические качества.

## 2.4. Особенности образовательной деятельности различных видов и культурных практик

### *Образовательные ориентиры*

1. обеспечение эмоционального благополучия детей;
2. обеспечение свободы выбора детьми деятельности, оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
3. создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям, выполнение правил взаимодействия;
4. развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
5. развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности

### ***Варианты совместной деятельности:***

| №  | Виды деятельности                                   | Содержание                                                                                                                                                    |
|----|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <i>Совместная деятельность педагога с ребёнком.</i> | <i>Педагог обучает ребёнка чему-то новому.</i>                                                                                                                |
| 2. | <i>Совместная деятельность педагога с ребёнком.</i> | <i>Педагог и ребенок – партнеры.</i>                                                                                                                          |
| 3. | <i>Совместная деятельность группы</i>               | <i>Педагог на правах участника деятельности на всех этапах ее выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей.</i> |

|           |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           | <i>детей под руководством педагога</i>                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>4.</b> | <i>Совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию</i>              | <i>Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли ее организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей</i>                                                                                                          |
| <b>5.</b> | <i>Самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога</i> | <i>Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).</i> |

#### ***Условия организации и проведения культурных практик:***

|                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - Осознанная мотивация педагогов;                                                                                                                |
| - Понимание педагогом особенностей организации самостоятельной детской деятельности (ее структуры, способов поддержки детского интереса и т. д); |
| - Готовность педагога организовать содержание деятельности;                                                                                      |
| - Компетенция педагога в области культурной практики;                                                                                            |
| - Способность педагога организовать предметно – пространственную среду для развития у детей желания и интереса действовать самостоятельно;       |
| - Умение отбирать оптимальное оборудование для самостоятельных действий в выбранном направлении.                                                 |
| - Способность педагога создавать интригующее начало, проблемную ситуацию для «запуска» культурной практики.                                      |
| - Способность педагога вычленять способности и интересы ребенка                                                                                  |
| - Способность педагога поддерживать и развивать интерес к детской культурной практике.                                                           |

#### ***Примерные культурные практики, которые реализуются в ДОУ***

| <b>Культурные практики</b>                                 | <b>Описание содержания культурных практик</b>                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Совместная игра инструктора по физической культуре и детей | Разные виды игр направлены на обогащение содержания подвижных. спортивных игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для самостоятельной игры. |
| Детский досуг                                              | Это вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском                                   |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (развлечение)         | саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок. Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр. |
| Трудовая деятельность | Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер.                                                                                                                                                                                                                            |

## 2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

В соответствии с п.26 ФП ДО **главных целей** взаимодействия педагогического коллектива ДОУ с семьями воспитанников являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОУ и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи. Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возрастов.

**Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:**

- просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение гуманистического характера взаимодействия родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.
- возрождение традиций семейного воспитания;
- оказание помощи родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице;

**Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих принципов:**

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка*: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей)*: при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье*: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного

воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

– *возрастосообразность*: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

**Деятельность педагогического коллектива ДОО по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким направлениям:**

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Просветительское направление | <ul style="list-style-type: none"> <li>– просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и физического развития детей раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста;</li> <li>– содержании и методах образовательной работы с детьми</li> </ul> <p><b><i>Особое внимание</i></b> в просветительской деятельности ДОО уделяется <b><i>повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка</i></b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и т.д.), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, и т.п.), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;</li> <li>– информирование об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;</li> <li>– знакомство с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;</li> <li>– информирование о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования ИТ-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и т.д.).</li> <li>–</li> </ul> |
| Консультационное направление | <ul style="list-style-type: none"> <li>– консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей;</li> <li>– особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях;</li> <li>– способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми раннего и дошкольного возрастов;</li> <li>– способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и т.д.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Направления деятельности педагога реализуются в разных **формах** (групповых и (или) индивидуальных) **посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями)**:

**Диагностико-аналитическое направление**

|                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель:</b> получение и анализ данных о физической подготовленности , её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка                                                                                     |
| <b>Педагогические беседы</b>                                                                                                                                                                                          |
| <b>Досуговые формы</b>                                                                                                                                                                                                |
| <b>Цель:</b> установление теплых неформальных отношений между педагогами и родителями, а также более доверительных отношений между родителями и детьми                                                                |
| <b>Наглядно-информационные формы</b>                                                                                                                                                                                  |
| <b>Цель:</b> обогащение знаний родителей об особенностях развития и воспитания детей дошкольного возраста, повышение уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка. |
| Информационные стенды и проспекты, папки-передвижки для родителей, официальный сайт и социальные группы в сети Интернет, выставки детских работ, фотовыставки, видеофильмы, журналы и газеты, издаваемые ДОУ и другие |

### *Содержание направлений работы с семьей по образовательным области физическое развитие*

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Изучение условий семейного воспитания через беседы с родителями и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.</li> <li>– Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ центры двигательной активности;</li> <li>✓ закаливающие процедуры;</li> <li>✓ оздоровительные мероприятия и т.п.</li> </ul> </li> <li>– Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.</li> <li>– Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.</li> <li>– Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.</li> <li>– Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.</li> <li>– Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.</li> <li>– Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.</li> <li>– Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОУ с медицинскими учреждениями.</li> <li>– Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.</li> <li>– Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.</li> <li>– Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.</li> <li>– Определение и использование здоровьесберегающих технологий.</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

### 2.6.1. Целевой раздел

#### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

| Цель воспитания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Задачи воспитания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Общая цель воспитания в ДОО - личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:</p> <p>1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;</p> <p>2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;</p> <p>3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.</p> | <p>1) Содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;</p> <p>2) Способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;</p> <p>3) Создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;</p> <p>4) Осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей;</p> <p>5). Поддерживать традиции ДООУ в проведении социально- значимых образовательных и досуговых мероприятий;</p> <p>6). Объединять воспитательные ресурсы семьи и ДООУ на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; оказывать семье психолого-педагогическую поддержку, повышать компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, развития, образования, охраны и укрепления здоровья детей.</p> |

#### Принципы построения Программы

**Задачи рабочей программы воспитания, связанные с направлениями воспитания, базовыми ценностями и воспитательными задачами, реализуемыми в рамках образовательных областей**

| Направления воспитания и базовые ценности | Цель | Задачи | Задачи образовательных областей | Образовательные области |
|-------------------------------------------|------|--------|---------------------------------|-------------------------|
|-------------------------------------------|------|--------|---------------------------------|-------------------------|

|                                                                                        |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Физическое и оздоровительное</b><br><br>В основе лежат ценности «Здоровье», «Жизнь» | Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности | Способствовать становлению осознанного отношения к жизни как основоположной ценности<br>Воспитывать отношение здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека | Развивать навыки здорового образа жизни<br>Формировать у детей возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре<br>Способствовать становлению эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами | Физическое развитие |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|

## 2.6.2 Целевые ориентиры Рабочей программы воспитания

### Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам)

| <i>Направление воспитания</i>       | <i>Ценности</i> | <i>Целевые ориентиры</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое и оздоровительное</b> | Здоровье, жизнь | Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья – физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.<br>Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. |

### Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения Программы

| <i>Направления воспитания</i> | <i>Ценности</i> | <i>Показатели</i> |
|-------------------------------|-----------------|-------------------|
|-------------------------------|-----------------|-------------------|

|                                     |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое и оздоровительное</b> | Здоровье, жизнь | Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья – физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.<br>Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности.<br>Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха. |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2.6.2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### ЗАДАЧИ ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЯХ

#### Образовательная область «Физическое развитие»

Соотносится с физическим и оздоровительным направлением воспитания.

Ценности в рамках данной области: «Жизнь», «Здоровье».

Предполагает решение следующих задач:

- формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

**Содержание воспитательной деятельности по физическому и оздоровительному направлению воспитания в интеграции с содержанием образовательных областей.**

| <b>Задачи воспитательной работы</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1,5-3 года</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Воспитывать интерес к занятиям двигательной активностью (утренняя зарядка, игры, физические упражнения).</p> <p>Формировать позитивный отклик.</p> <p>Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.</p>                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>3-4 года</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Продолжать воспитывать интерес и позитивный отклик к занятиям двигательной активностью.</p> <p>Воспитывать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к своему организму.</p> <p>Формировать понимание необходимости соблюдать элементарные правила в процессе двигательной деятельности (не кричать, не бросаться предметами и т.д.).</p> <p>Поощрять активность, самостоятельность и творчество в процессе двигательной деятельности.</p> |

| 4-5 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Продолжать воспитывать интерес и позитивный отклик к занятиям двигательной активностью.</p> <p>Продолжать воспитывать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p> <p>Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.</p> <p>Поощрять совместное дружеское взаимодействие, самостоятельность, инициативу и творчество в организованной и свободной двигательной деятельности.</p> <p>Побуждать творчески использовать двигательные навыки в свободной деятельности.</p>                                                         |
| 5-6 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Продолжать воспитывать интерес к физической культуре и различным видам спорта.</p> <p>Продолжать воспитывать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p> <p>Формировать желание вести здоровый образ жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья).</p> <p>Воспитывать отзывчивость, сопереживание, заботу об окружающих и их здоровье.</p> <p>Воспитывать дружеское взаимодействие в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Поддерживать проявление самостоятельности, инициативы и творчества в процессе двигательной деятельности.</p> |
| 6-7 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Продолжать воспитывать интерес к физической культуре и различным видам спорта.</p> <p>Поощрять потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p> <p>Поощрять желание вести здоровый образ жизни, желание отдыхать активно.</p> <p>Поддерживать самостоятельность, инициативу и креативность в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Воспитывать дружеское взаимодействие в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Воспитывать желание поддерживать, радоваться успехам товарищей.</p> <p>Воспитывать чувство гордости за спортивные успехи страны, города.</p>                      |

### Направления деятельности :

- организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада;
- создание детско-взрослых проектов по здоровому образу жизни;
- соблюдение физкультурно-оздоровительных традиций в ДОУ.

Формирование у дошкольников **культурно-гигиенических навыков** является важной частью воспитания **культуры здоровья, которые осуществляются** на протяжении всего пребывания ребенка в ДОУ. Привыкая выполнять серию гигиенических процедур с определенной периодичностью, ребенок вводит их в свое бытовое пространство, и постепенно они становятся для него привычкой. Работа по формированию у ребенка культурно-гигиенических навыков ведется в тесном контакте с семьей.

## 2.6.3. ФОРМЫ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

### 1 Работа с родителями

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое и оздоровительное направление воспитания</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, беседы с родителями и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.</li> <li>– Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.</li> <li>– Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, соревнований, викторин, проектов, развлечений.</li> <li>– Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.</li> <li>– Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях района «Папа, мама, я – спортивная семья», «ГТО для всей семьи», спартакиады семейных команд.</li> </ul> |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **2. Совместная деятельность педагогов и родителей с детьми**

|                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Работа творческой группы педагогов и родителей по подготовке к Детской спартакиаде<br>Цель : развитие конструктивного взаимодействия воспитывающих взрослых                                                   |
| Работа творческой группы педагогов и родителей по подготовке к Первомайской демонстрации<br>Цель : развитие конструктивного взаимодействия воспитывающих взрослых<br>Ответственные: воспитатели детского сада |
| Организация спортивных соревнований «Мама, папа, я – спортивная семья»                                                                                                                                        |
| Организация спортивного соревнования «День отца»                                                                                                                                                              |

### **Физическое и оздоровительное направление воспитания**

–Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, беседы с родителями и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.

–Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.

–Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

–Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, соревнований, викторин, проектов, развлечений.

–Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.

–Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях района «Папа, мама, я – спортивная семья», «ГТО для всей семьи», спартакиады семейных команд.

### **События образовательной организации**

Событие предполагает взаимодействие ребёнка и взрослого, в котором активность взрослого приводит к приобретению ребёнком собственного опыта переживания той или иной ценности. Для решения воспитательных задач ДОУ применяются следующие **формы**:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Соревнования</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Родитель и ребенок учатся и приобретают опыт по взаимодействию друг с другом для достижения общей цели, реализуя общие задачи. Ребенок получает первый социальный опыт участия в конкурсном движении, у родителей формируется психолого-педагогическая культура по подготовке и поддержке своего ребенка в участии в конкурсах. Педагог помогает подготовиться семье к успешному участию в конкурсе, консультирует родителей по созданию условий, мотивации. Через весь процесс подготовки, организации и проведения соревнования педагогический коллектив решает для себя важную задачу по преемственности развития ребенка в семье и детском саду. |
| <i>Праздники</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Организуются праздники в виде тематических мероприятий, а также утренников, концертов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <i>Спортивные мероприятия</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Физкультурные мероприятия в ДОУ представлены физкультурными праздниками, развлечениями, досугами, спартакиадами.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>Событие</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Событийный подход рассматривается как продуктивная педагогическая технология организации и осуществления значимых событий в жизни дошкольного коллектива и отдельной личности.<br>Главными принципами взаимодействия воспитателя с детьми в событийном подходе выступает принцип эмпатии, подразумевающий создание положительных, доверительных, открытых отношений с ребенком, учет его состояний, сопереживание и поддержку, а также опора на разнообразные виды детской деятельности, позволяющая реализовывать содержательное общение на доступном ребенку уровне понимания.                                                                     |

Конкретная форма воспитательного процесса определяется календарным планом воспитательной работы ДОУ

### **Виды совместной с воспитателем деятельности детей по возрастам**

| До 3 лет                                                                                                                                                                                                     | 3-5 лет                                                                                                                                                                                                | 4-5 лет                                                                                                                                                                                                           | С 5-ти лет |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Патриотическое направление воспитания</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |            |
| игра-путешествие<br>культурно – досуговая деятельность<br>(отдых,<br>праздники, развлечения)                                                                                                                 | игра-путешествие,<br>культурно –<br>досуговая<br>деятельность (отдых,<br>праздники,<br>развлечения)<br>проблемные ситуации                                                                             | игра – эксперимент,<br>игра-путешествие<br>культурно – досуговая<br>деятельность (отдых,<br>праздники, развлечения,<br>презентация проекта),<br>проблемные ситуации                                               |            |
| <b>Физическое и оздоровительное направление воспитания</b>                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |            |
| спортивные игры и упражнения, подвижные игры, дошкольный туризм, танцевальные движения, физкультурные минутки, соревнования, Спартакиады                                                                     |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |            |
| игра<br>создание<br>ситуаций (беседа,<br>рассказ)<br>загадки<br>рассматривание<br>закаливание<br>чтение<br>художественной<br>литературы<br>культура питания<br>культура<br>здорового образа<br>жизни в семье | игра<br>создание ситуаций (беседа, рассказ)<br>загадки<br>рассматривание, обсуждение<br>закаливание<br>чтение художественной литературы<br>культура питания<br>культура здорового образа жизни в семье | игра<br>создание ситуаций (беседа, рассказ)<br>викторина, загадки<br>рассматривание, обсуждение<br>закаливание<br>чтение художественной литературы<br>культура питания<br>культура здорового образа жизни в семье |            |

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы

##### Условия для физического развития

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

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

### **Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития**

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

## **3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

### **Примерный перечень содержания развивающей предметно-пространственной среды В группах раннего возраста (1,5 -3 лет)**

| <b>Физическое развитие</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Центры: двигательной активности</p> <p>Физкультурное оборудование: игровой модуль (горка; тоннель-«гусеница», качалка, большие игровые арки и пр.). Обруч для пролезания; дуга-воротца для подлезания (высота 40 см); корзина, мячи разных размеров, кегли. Мягкие объемные модули.</p> <p>Различные атрибуты к подвижным и малоподвижным играм, соответствующие возрасту. Нетрадиционное физкультурное оборудование.</p> <p>Оздоровительное оборудование: оздоровительный модуль (массажные ков-рики и дорожки, резиновые кольца, коврики разной фактуры, цветные ленточки и пр.). Мячи массажные.</p> |

### **В группах младшего возраста (3-4 года)**

| <b>Физическое развитие</b> |
|----------------------------|
|----------------------------|

**Центр двигательной активности**

Для ходьбы, бега и равновесия: Балансиры. Валик мягкий. Доска с ребристой поверхностью. Модуль "Змейка". Коврик, дорожка массажная, со следочками. Кольцо мягкое. Куб деревянный Для прыжков: Куб деревянный. Мяч-попрыгунчик. Обруч малый. Шнур короткий

Для катания, бросания, ловли:

Кегли (набор). Мешочек с грузом малый. Шар цветной (фибропластиковый). Шар и воротца (набор). Мячи (разного размера). Кегли (набор)

Для ползания и лазанья: Лабиринт игровой. Полукольцо мягкое Для общеразвивающих. упражнений:

Колечко резиновое. Лента цветная (короткая). Мяч массажный. Обруч плоский. Палка гимнастическая короткая. Флажок. Атрибуты к подвижным и спортивным играм.

Нетрадиционное физкультурное оборудование.

**В группах среднего возраста (4-5 лет)**

**Центр двигательной активности**

Для ходьбы, бега и равновесия:

Доска с ребристой поверхностью, коврик массажный, шнур длинный.

Для прыжков: Куб деревянный. Мяч-попрыгунчик. Обруч плоский. Палка гимнастическая короткая. Скакалка короткая.

Для катания, бросания, ловли:

Кегли. Кольцеброс (набор). Мешочек с грузом большой. Обруч большой. Серсо (набор). Шар цветной (фибропластиковый). Игра «Городки»

Для ползания и лазанья: Полукольцо мягкое Для общеразвивающих упражнений:

Колечко резиновое. Мешочек с грузом малый. Мяч-шар (цветной, прозрачный). Обруч малый. Шнур короткий. Атрибуты к подвижны

**В группах старшего возраста (5-6 лет)**

**Физическое развитие**

**Центр двигательной активности**

Для ходьбы, бега и равновесия: Балансиры различных модификаций. Коврик массажный. Шнур короткий (плетеный)

Для прыжков: Обруч малый. Скакалка короткая

Для катания, бросания и ловли: Кегли (набор). Кольцеброс (набор). Мешочек малый с грузом Мяч большой. Мешочек с грузом большой. Мяч утяжеленный (набивной). Мяч-массажер.

Обруч большой. Серсо (набор)

Для ползания и лазания: Комплект мягких модулей (6-8 сегментов) Для общеразвивающих упражнений: Гантели детские. Кольцо малое. Лента короткая. Мяч средний. Палка гимнастическая короткая

**В подготовительной к школе группе (6-7 лет)****Физическое развитие****Центр двигательной активности**

Для ходьбы, бега и равновесия: Балансиры различной модификации. Коврик массажный. Шнур короткий (плетеный)

Для прыжков: Обруч малый. Скакалка короткая

Для катания, бросания и ловли: Кегли (набор). Кольцеброс (набор). Мешочек малый с грузом . Мяч большой. Мешочек с грузом большой. Мяч утяжеленный (набивной). Мяч-массаже. Обруч большой. Серсо (набор)

Для ползания и лазания: Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)

Для общеразвивающих упражнений: Гантели детские. Кольцо малое. Лента короткая. Мяч средний. Палка гимнастическая короткая.

Набор для организации спортивных игр (лыжи, самокат, беговелы, мячи, кегли, хоккейные клюшки и др.)

### 3.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

| Вид помещения | Оснащение |          |
|---------------|-----------|----------|
|               | Здание 1  | Здание 2 |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                      |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Музыкальный/<br/>физкультурный зал</b> | мультимедийный проектор, экран, музыкальный центр, музыкальные инструменты для взрослых (пианино, синтезатор для организации занятий в группе и на улице); детские музыкальные инструменты (металлофоны, маракасы, трещотки, бубны, погремушки, деревянные ложки, барабаны и пр.); музыкально-дидактические игры и пособия; фонотека классической и современной музыки, детских песен; большая коллекция детских и взрослых костюмов; ширмы для кукольного театра (для взрослых и детей); различные виды театра, декорации и атрибуты. |                                                                                                                      |
|                                           | телевизор; компьютер, принтер                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ноутбук, занавес на дистанционном управлении                                                                         |
|                                           | Также имеется необходимое спортивное оборудование и инвентарь: стойки для выполнения подлезания, пролезания; баскетбольные корзины; маты; мишени для метания; дорожки для профилактики плоскостопия; мягкие модули; мячи разного размера (малые, средние, большие), гантельки, скакалки, обручи разного размера, гимнастические палки, мешочки с песком для метания, канаты и пр.; нетрадиционное физкультурное оборудование и пр.                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | шведские стенки, передвижные контейнеры для спортивного оборудования                                                 |
| <b>Спортивная площадка</b>                | стойки для метания, гимнастическое бревно                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | спортивное оборудование, оборудование для спортивных игр, полоса препятствий, стойки для игры в волейбол и баскетбол |

### 3. 4. РАСПОРЯДОК ПРЕБЫВАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ В ДОУ

#### Режим двигательной активности

| №    | Форма/Виды деятельности                                   | Особенности организации |          |         |         |         |
|------|-----------------------------------------------------------|-------------------------|----------|---------|---------|---------|
|      |                                                           | 1,5 – 3 года            | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
| 1.   | <b>Физкультурно-оздоровительная работа (в режиме дня)</b> |                         |          |         |         |         |
| 1.1. | Утренняя гимнастика                                       | Ежедневно 10 мин.       |          |         |         |         |

|      |                                                           |                                       |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|
|      | Физкультминутки (в середине занятия)                      | Ежедневно до 2 мин.                   | Постоянно, по мере необходимости в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности. Длительностью от 3 до 5 минут |                                                  |                           |                           |
| 1.2. | Динамические паузы между занятиями                        | 10 мин                                | 10 мин                                                                                                                          | 10 мин                                           | 10 мин                    | 10 мин                    |
| 1.3. | Бодрящая гимнастика после дневного сна                    | Ежедневно                             |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|      |                                                           | 3-4 мин.                              | 3-4 минут                                                                                                                       | 4-5 минут                                        | 5-6 минут                 | 5-6 минут                 |
| 1.4. | Подвижные и малоподвижные игры                            | Не менее 2-4 раз в день               |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|      |                                                           | 5-6 минут                             | 6-10 минут                                                                                                                      | 10-15 минут                                      | 15-20 минут               | 15-20 минут               |
| 1.5. | Спортивные упражнения                                     | Ежедневно                             |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|      |                                                           |                                       | 3-5 минут                                                                                                                       | 6-8 минут                                        | 8-10 минут                | 8-15 минут                |
| 1.6. | Подвижные игры на прогулке                                | Ежедневно                             |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|      |                                                           | 5-8 минут                             | 6-10 минут                                                                                                                      | 10-15 минут                                      | 15-20 минут               | 15-20 минут               |
| 1.7. | Дыхательная гимнастика<br>Пальчиковая гимнастика для глаз | 3 мин                                 |                                                                                                                                 | 3-5 мин, в зависимости от интенсивности нагрузки |                           |                           |
| 1.8. | Индивидуальная работа по развитию движений                | Ежедневно вовремя вечерней прогулки   |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
|      |                                                           | не более 10 минут                     | 10-12 минут                                                                                                                     | 12-15 минут                                      |                           |                           |
| 2.   | Физическая культура (занятия)                             |                                       |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
| 2.1. | В помещении                                               | 2 раза в неделю по 10 минут по подгр. | 2 раза в неделю по 15 мин                                                                                                       | 2 раза в неделю по 20 минут                      | 2 раза в неделю по 25 мин | 2 раза в неделю по 30 мин |
| 2.2. | Бассейн                                                   |                                       | 1 раз в неделю по 15 мин                                                                                                        | 1 раз в неделю по 20 минут                       | 1 раз в неделю по 25 мин  | 1 раз в неделю по 30 мин  |
| 3.   | Самостоятельная двигательная деятельность                 |                                       |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |
| 3.1. | Использование                                             | Ежедневно                             |                                                                                                                                 |                                                  |                           |                           |

### 3.5. Требования и показатели организации образовательного процесса в режиме дня

Образовательный процесс в ДОУ строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей. При организации образовательного процесса обеспечивается единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом не допускается перегрузка детей.

**Образовательная деятельность.** Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность занятий не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность занятий для детей от 3 до 4-х лет – не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет – не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет – не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей группе 30 минут, средней группе не превышает 40 минут, в старшей группе 50 минут или 75 мин. при организации 1 занятия после сна, подготовительной – 90 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

| Показатель                                                                                            | Возраст         | Норматив |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------|
| <i>Требования к организации образовательного процесса</i>                                             |                 |          |
| Начало занятий не ранее                                                                               | все возрасты    | 8.00     |
| Окончание занятий, не позднее                                                                         | все возрасты    | 17.00    |
| Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более                                    | от 1,5 до 3 лет | 10 минут |
|                                                                                                       | от 3 до 4 лет   | 15 минут |
|                                                                                                       | от 4 до 5 лет   | 20 минут |
|                                                                                                       | от 5 до 6 лет   | 25 минут |
|                                                                                                       | от 6 до 7 лет   | 30 минут |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более | от 1,5 до 3 лет | 20 минут |
|                                                                                                       | от 3 до 4 лет   | 30 минут |
|                                                                                                       | от 4 до 5 лет   | 40 минут |

|                                                       |                        |                                                                       |
|-------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                       | от 5 до 6 лет          | 50 минут или 75 минут<br>при организации 1 занятия после дневного сна |
|                                                       | от 6 до 7 лет          | 90 минут                                                              |
| Продолжительность перерывов между занятиями, не менее | все возрасты           | 10 минут                                                              |
| Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее     | все возрасты           | 2-х минут                                                             |
| Показатели организации режима дня                     |                        |                                                                       |
| Продолжительность дневного сна, не менее              | 1 - 3 года / 4 - 7 лет | 3 часа / 2,5 часа                                                     |
| Продолжительность прогулок, не менее                  | для детей до 7 лет     | 3 часа в день                                                         |
| Суммарный объем двигательной активности, не менее     | все возрасты           | 1 час в день                                                          |
| Утренняя зарядка, продолжительность, не менее         | до 7 лет               | 10 минут                                                              |

### Микроклиматические показатели, при которых проводятся занятия по физической культуре на воздухе

| Санкт-Петербург | Возраст до 7 лет | Температура воздуха °С |                             |                                |
|-----------------|------------------|------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
|                 |                  | Без ветра              | при скорости ветра до 5 м/с | при скорости ветра до 6-10 м/с |
|                 |                  | -10- -11               | -6- -7                      | -3--4                          |

## Формы образовательной деятельности в режимных моментах и культурные практики

| № | Физкультурно-массовые мероприятия<br>Активный отдых |                      |             |                                                             |          |            |
|---|-----------------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------------------------------------------|----------|------------|
| 1 | Спортивные досуги и развлечения                     | 1-2 раза в месяц     |             |                                                             |          |            |
|   |                                                     |                      | 20-25 минут | 20-25 минут                                                 | 30 минут | 40-45 мин. |
| 2 | Физкультурные праздники                             |                      |             | В соответствии с календарным планом                         |          |            |
| 3 | День здоровья                                       |                      | 1 раз в год | 1 раз в квартал                                             |          |            |
| 4 | Пешеходные прогулки                                 | По плану воспитателя |             |                                                             |          |            |
| 5 | Туристические прогулки (Экспедиции)                 | -                    | -           | По плану педагога-организатора<br>Не менее 1 раза в квартал |          |            |

**Учебный план групп общеразвивающей направленности**

| <b>Возрастные группы</b>       | <b>Образовательная деятельность</b>                                 | <b>Группы раннего возраста (1,5-3 года)</b>                                                                                                              | <b>Вторая младшая группа</b> | <b>Средняя группа</b> | <b>Старшая группа</b> | <b>Подготовительная к школе группа</b> |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------------|
| <b>Образовательные области</b> |                                                                     | <b>Кол-во в неделю</b>                                                                                                                                   |                              |                       |                       |                                        |
| <b>Физическое развитие</b>     | <b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</b> | Реализуется в ходе режимных моментов. Гимнастики, проекты, беседы, квесты, культурные практики, игры<br>Интеграция с другими образовательными областями. |                              |                       |                       |                                        |
|                                | <b>Физкультура в группе, зале</b>                                   | 3                                                                                                                                                        | 2                            | 2                     | 2                     | 2                                      |
|                                | <b>В бассейне</b>                                                   | -                                                                                                                                                        | 1                            | 1                     | 1                     | 1                                      |

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня в учреждении соблюдаются следующие требования:

- ❖ режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- ❖ при организации образовательной деятельности предусматривается введение режима дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- ❖ физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- ❖ возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале

Ежедневно организуется сопровождение индивидуального образовательного маршрута детей, в рамках которого педагогами проводится работа по коррекции развития детей, продвижение детей, имеющих особые образовательные потребности, в том числе предпосылки одарённости.

### Образовательный процесс в летний период

| Направление работы |                                               | Условия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5                  | Организация оптимального двигательного режима | Наличие физкультурного оборудования, проведение профилактической работы (профилактика нарушения зрения, осанки, профилактика плоскостопия и др.) Организация физкультурных занятий, спортивных праздников и развлечений, подвижных, спортивных игр, утренней, бодрящей, дыхательной, пальчиковой гимнастик, музыкально-ритмические упражнения. |

**Цель летней оздоровительной кампании:** создать в дошкольном учреждении максимально эффективные условия для организации оздоровительной работы с учетом индивидуальных особенностей детей

#### Задачи:

1. Создание условий образовательно-оздоровительного пространства, обеспечивающих охрану жизни и укрепление психического и физического здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

2. Реализация системы мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей, развитие самостоятельности, инициативы, любознательности и познавательной активности дошкольников.
3. Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы, мотивация педагогов на улучшение качества организации летнего отдыха дошкольников.
4. Осуществление просвещения родителей по вопросам оздоровления детей.

#### **Физическое развитие**

1. Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния.
2. Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.
3. Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.

#### **Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми**

| <b>№</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                         |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года, совместная деятельность педагогов с детьми на свежем воздухе. |
| 2        | Введение гибкого режима пребывания детей на воздухе с учетом погодных условий                                             |
| 3        | Прием и утренняя гимнастика на воздухе                                                                                    |
| 4        | Дыхательная гимнастика, бодрящая гимнастика, ходьба по оздоровительным дорожкам                                           |
| 5        | Совместная деятельность педагога с детьми по физическому развитию                                                         |
| 6        | Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.)                                         |
| 7        | Подвижные и спортивные игры на прогулке                                                                                   |
| 8        | Физкультурно-музыкальные досуги и развлечения                                                                             |

#### **Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми**

| <b>№</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                         |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года, совместная деятельность педагогов с детьми на свежем воздухе. |
| 2        | Введение гибкого режима пребывания детей на воздухе с учетом погодных условий                                             |
| 3        | Прием и утренняя гимнастика на воздухе                                                                                    |
| 4        | Дыхательная гимнастика, бодрящая гимнастика, ходьба по оздоровительным дорожкам                                           |
| 5        | Совместная деятельность педагога с детьми по физическому развитию                                                         |
| 6        | Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.)                                         |

|   |                                               |
|---|-----------------------------------------------|
| 7 | Подвижные и спортивные игры на прогулке       |
| 8 | Физкультурно-музыкальные досуги и развлечения |

### 3.6. ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

#### Ранний возраст 1,5 - 3

| Сентябрь<br>Неделя | Занятие<br>№ | Основные задачи работы с детьми                                                                                                                                                                                                            | Формы работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                  | 1            | Создать положительный эмоциональный настрой в группе. Помочь детям преодолеть стрессовые состояния в период адаптации к детскому саду.                                                                                                     | Занятие-развлечение (адаптационное занятие).<br>Подвижные игры: «Кто у нас красивый», «Маленькие ножки», «Дети хлопать все умеют», «Как летит листочек, «Прыгай побыстрей» (Т.Э. Токаева, Л.М. Бояршинова, Л.Ф. Троегубова, стр. 195-197)<br><br>Занятие 1 (С.Ю. Федорова, стр.27)<br><br>Занятие 2 (С.Ю. Федорова, стр.27-28) |
|                    | 2            | Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга; прыжках на двух ногах на месте; ползании; скатывании мяча.                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                    | 3            | Продолжить упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга; Упражнять прыжках на двух ногах на месте с хлопками; ползании до предмета; катании мяча в паре.               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 2                  | 1            | Продолжить упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга; ползании до предмета; катании мяча в паре. Упражнять прыжках на двух ногах с продвижением вперед.             | Занятие 3 (С.Ю. Федорова, стр.28)<br><br>Занятие 4 (С.Ю. Федорова, стр.28)                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                    | 2            | Продолжить упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга; катании мяча в паре.<br>Упражнять прыжках на двух ногах с продвижением вперед с хлопками; поползании в обруч. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                    | 3            | Закреплять умение детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга; прыжках на двух ногах с продвижением вперед с хлопками.                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей прыжках на двух ногах с продвижением вперед с хлопками; проползании в обруч; прокатывании мячей двумя руками. Упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге от воспитателя.                  | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 4 (С.Ю. Федорова, стр. 28)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Зайка серый умывается» (Л.И. Пензулаева, стр.31)<br><br>Занятие<br>Занятие 5 (С.Ю. Федорова, стр.29)<br><br>Занятие<br>Занятие 6 (С.Ю. Федорова, стр.29) |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге от воспитателя. Упражнять детей в проползании в воротца, подпрыгивании на двух ногах с хлопком, прокатывании мяча одной рукой (правой и левой).                |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|   | 3 | Закреплять умение детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге от воспитателя; прокатывании мячей двумя руками.                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе, не наталкиваясь друг на друга, беге за воспитателем; проползании в обруч и воротца. Упражнять детей в подпрыгивании до ладони воспитателя, прокатывании мяча одной и двумя руками друг другу. | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 6 (С.Ю. Федорова, стр. 29)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)                                                                                                                    |
|   | 2 | Закреплять умения детей ходить, не наталкиваясь друг на друга, бегать за воспитателем; проползать в обруч и воротца.                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|   | 3 | Контрольное занятие                                                                                                                                                                                                                | Занятие<br>Занятие 7 (С.Ю. Федорова, стр.29-30)<br><br>Занятие                                                                                                                                                                                                               |

|                |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |
|----------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Вводная, заключительная часть<br>Занятие 7 (С.Ю. Федорова, стр. 29-30)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Мыши в кладовой» (Л.И. Пензулаева, стр.35)<br>Занятие<br>Занятие 8 (С.Ю. Федорова, стр.30) |
| <b>Октябрь</b> | <b>Занятие</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                                                    |
| <b>Неделя</b>  | <b>№</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |
| 1              | 1              | Продолжать упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге от воспитателя.<br>Упражнять детей в подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; с прокатывании мяча одной и двумя руками.                                                                                                                  | Занятие<br>Занятие 9 (С.Ю. Федорова, стр.32-33)                                                                                                                                                        |
|                | 2              | Продолжать упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге от воспитателя; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.<br>Упражнять детей в подползании под дугу; прокатывании мяча одной и двумя руками под дугу.                                                                                     | Занятие<br>Занятие 10 (С.Ю. Федорова, стр.33)                                                                                                                                                          |
|                | 3              | Закреплять умение детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем.                                                                                                                                                                                                                                                                            | Занятие                                                                                                                                                                                                |
| 2              | 1              | Продолжить упражнять детей беге от воспитателя; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; подлезании под веревку.<br>Упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног; прокатывании мяча под дугу и проползании за ним.                                                             | Вводная, заключительная часть<br>Занятие 10 (С.Ю. Федорова, стр. 29-30)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «По ровненькой дорожке» (Л.И. Пензулаева, стр.36)                                          |
|                | 2              | Продолжать упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног; прокатывании мяча одной рукой.<br>Упражнять детей в беге в различных направлениях; прыжках на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; проползании в обруч с захватом впереди стоящей игрушки. | Занятие<br>Занятие 11 (С.Ю. Федорова, стр.33-34)                                                                                                                                                       |
|                | 3              | Закреплять умение детей в беге в различных направлениях.                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем, беге в различных направлениях; подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;<br>Упражнять детей в подползании под веревку (50см. от пола) за стоящей впереди игрушкой, катании мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.     | Занятие<br>Занятие 12 (С.Ю. Федорова, стр.34)<br><br>Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 12 (С.Ю. Федорова, стр. 34)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Ловкий шофер» (Л.И. Пензулаева, стр.29)                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|   | 2 | Продолжать упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, беге в различных направлениях; прыжках на двух ногах с небольшим продвижением вперед.<br>Упражнять детей в подползании под скамейку; прокатывании мяча под скамейку одной рукой (правой и левой).                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|   | 3 | Закреплять умение детей прокатывании мяча под скамейку одной рукой (правой и левой)                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 4 | 1 | Продолжать упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, беге в различных направлениях;<br>Упражнять детей в подпрыгивании до ладони воспитателя, сопровождающееся продвижением вперед; проползанию в воротца с захватом мяча;<br>прокатыванию мяча одной и двумя руками друг другу, между предметами. | Занятие<br>Занятие 13 (С.Ю. Федорова, стр.34-35)<br><br>Занятие 14 (С.Ю. Федорова, стр.35)Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 14 (С.Ю. Федорова, стр. 35)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)<br><br>Занятие<br>Занятие 15 (С.Ю. Федорова, стр.35-36)<br><br>Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 15 (С.Ю. Федорова, стр. 35-36)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки» (Л.И. Пензулаева, стр.39)<br>Занятие |
|   | 2 | Закреплять умение детей подпрыгивать на двух ногах с продвижением вперед                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|   | 3 | Контрольное занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|               |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
|---------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Занятие 16 (С.Ю. Федорова, стр.36)                                                                                                                              |
| <b>Ноябрь</b> | <b>Занятие</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                             |
| <b>Неделя</b> | <b>№</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
| 1             | 1              | Продолжить упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, беге, не наталкиваясь друг на друга, прыжках на двух ногах с продвижением вперед.<br>Упражнять детей в проползании в два обруча, стоящих друг за другом, скатывании мяча с горки.                                                           | Занятие<br>Занятие 17 (С.Ю.Федорова 38)                                                                                                                         |
|               | 2              | Продолжить упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, беге, не наталкиваясь друг на друга;<br>Упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте с мячом в руках; проползании с прокатыванием мяча; прокатывании мяча одной рукой между предметами.                                                 | Занятие<br>Занятие 18 (С.Ю.Федорова 39)                                                                                                                         |
|               | 3              | Закреплять умения детей ходить в прямом направлении, бегать, не наталкиваясь друг на друга;                                                                                                                                                                                                           | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 18 (С.Ю. Федорова, стр. 39)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Лохматый пес» (Л.И. Пензулаева, стр.48-49) |
| 2             | 1              | Продолжить упражнять детей в беге в различных направлениях.<br>Упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки; подпрыгивании до двух предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; подползании под две скамейки; прокатывании двух мячей поочередно двумя руками. | Занятие<br>Занятие 19 (С.Ю.Федорова 39)                                                                                                                         |
|               | 2              | Продолжать упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки, беге в различных направлениях.<br>Упражнять детей в подползании под гимнастическую палку (высота 50 см); прокатывании двух мячей поочередно двумя руками под дугу; прыжках с продвижением вперед с мячом в руках.                           | Занятие<br>Занятие 20 (С.Ю.Федорова 39-40)                                                                                                                      |
|               | 3              | Закреплять ходить по кругу, взявшись за руки.                                                                                                                                                                                                                                                         | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 20 (С.Ю. Федорова, стр. 39-40)<br>Основная часть                                                            |

|                |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                    |
|----------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Подвижная игра «Мы топаем ногами» (Л.И. Пензулаева, стр.63)                                                                                                        |
| 3              | 1              | Продолжить упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, беге в различных направлениях; подползании под гимнастическую палку (высота 50 см).<br>Упражнять детей в прокатывании двух мячей поочередно правой и левой рукой.                                                                                                          | Занятие<br>Занятие 21 (С.Ю.Федорова 40)                                                                                                                            |
|                | 2              | Продолжить упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, беге не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивании до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка; подползании под скамейку, прокатывании мячей друг другу и воспитателю.                                                                                              | Занятие<br>Занятие 22 (С.Ю.Федорова 40-41)                                                                                                                         |
|                | 3              | Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. П/игра «Кролики».                                                                                                                                                      | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 22 (С.Ю. Федорова, стр. 40-41)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)      |
| 4              | 1              | Продолжать упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки, беге, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивании до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; подползании в обруч с захватом мяча.<br>Упражнять детей в прокатывании мяча двумя и одной рукой друг другу и между предметами. | Занятие<br>Занятие 23 (С.Ю.Федорова 41)                                                                                                                            |
|                | 2              | Закреплять умение детей подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед.                                                                                                                                                                                                                 | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 23 (С.Ю. Федорова, стр. 41)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки» (Л.И. Пензулаева, стр.39) |
|                | 3              | Контрольное занятие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Занятие<br>Занятие 24 (С.Ю.Федорова 41-42)                                                                                                                         |
| <b>Декабрь</b> | <b>Занятие</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                |

| Неделя | № |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                     |
|--------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1      | 1 | Продолжить упражнять детей в беге от воспитателя.<br>Упражнять детей в ходьбе, перешагивая через предметы, беге за воспитателем; перепрыгивании через линию; проползании в заданном направлении; скатывании мяча с горки.                      | Занятие<br>Занятие 25 (С.Ю.Федорова 44)                                                                                                                                             |
|        | 2 | Продолжать упражнять детей в беге от воспитателя, за воспитателем; в ходьбе, перешагивая через предметы; перепрыгивании через линию; скатывании мяча с горки.<br>Упражнять детей в проползании в заданном направлении до предмета.             | Занятие<br>Занятие 26 (С.Ю.Федорова 44-45)                                                                                                                                          |
|        | 3 | Закреплять детей в проползании в заданном направлении до предмета.                                                                                                                                                                             | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 26 (С.Ю. Федорова, стр. 44-45)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Найди свой цвет» (с проползанием) (Л.И. Пензулаева, стр.47) |
| 2      | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе в прямом направлении; прыжках на двух ногах с небольшим продвижением вперед.<br>Упражнять детей в беге, догоняя катящиеся предметы; перелезании через валик; катании мяча двумя руками воспитателю.        | Занятие<br>Занятие 27 (С.Ю.Федорова 45)                                                                                                                                             |
|        | 2 | Продолжать упражнять в ходьбе, перешагивая через предметы; беге, догоняя катящиеся предметы; проползании в обруч; прыжках на двух ногах с небольшим продвижением вперед с хлопками.<br>Упражнять детей в катании мяча двумя руками друг другу. | Занятие<br>Занятие 28 (С.Ю.Федорова 45-46)                                                                                                                                          |
|        | 3 | Закреплять умение детей бегать, догоняя катящиеся предметы.                                                                                                                                                                                    | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 28 (С.Ю. Федорова, стр. 45-46)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)                       |
| 3      | 1 | Продолжать упражнять в ходьбе, перешагивая через предметы; беге, догоняя катящиеся предметы; проползании в обруч за игрушкой; прыжках на двух ногах с небольшим продвижением                                                                   | Занятие<br>Занятие 29 (С.Ю.Федорова 44-45)                                                                                                                                          |

|               |                |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                       |
|---------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                | вперед с хлопками; прокатывании мячей друг другу и воспитателю.                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                       |
|               | 2              | Продолжать упражнять детей в ходьбе, перешагивая через предметы; беге, догоняя катящиеся предметы; проползании в воротца; подпрыгивании на двух ногах с хлопком; прокатывании мяча друг другу и воспитателю.                                                     | Занятие<br>Занятие 30 (С.Ю.Федорова 46)                                                                                                                               |
|               | 3              | Закреплять умение детей подпрыгивать на двух ногах с хлопком.                                                                                                                                                                                                    | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 30 (С.Ю. Федорова, стр. 46)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Поймай комара» (Л.И. Пензулаева, стр.38)         |
| 4             | 1              | Продолжать упражнять детей в ходьбе, перешагивая через предметы; беге, за воспитателем, от воспитателя; подпрыгивании до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; подползании под скамейку; прокатывании мяча одной и двумя руками друг другу. | Занятие<br>Занятие 31 (С.Ю.Федорова 47)                                                                                                                               |
|               | 2              | Закреплять умение детей ходить, перешагивая через предметы.                                                                                                                                                                                                      | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 31 (С.Ю. Федорова, стр. 47)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «По ровненькой дорожке» (Л.И. Пензулаева, стр.36) |
|               | 3              | Контрольное занятие                                                                                                                                                                                                                                              | Занятие<br>Занятие 32 (С.Ю.Федорова 47)                                                                                                                               |
| <b>Январь</b> | <b>Занятие</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                           | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                   |
| <b>Неделя</b> | <b>№</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                       |
| 1             | 1              | Продолжить упражнять детей в беге, догоняя катящиеся предметы.<br>Упражнять детей в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; прыжках в высоту; перелезании через валик; бросании мяча двумя руками снизу.                                                        | Занятие<br>Занятие 33 (С.Ю.Федорова 49-50)                                                                                                                            |
|               | 2              | Продолжить упражнять детей в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; беге за воспитателем, от воспитателя; подползании                                                                                                                                          | Занятие<br>Занятие 34 (С.Ю.Федорова 50)                                                                                                                               |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                 |
|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   | под дугу; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; прокатывании мяча одной и двумя руками под дугу.                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |
|   | 3 | Закреплять умение детей ходить с опорой на зрительные ориентиры.                                                                                                                                                                                                          | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 34 (С.Ю. Федорова, стр. 50)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Найди свой цвет» (Л.И. Пензулаева, стр.47) |
| 2 | 1 | Продолжить упражнять детей в беге, догоняя катящиеся предметы; в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; перепрыгивании через веревку; бросании мяча двумя руками сизу; подлезании под веревку.                                                                          | Занятие<br>Занятие 35 (С.Ю.Федорова стр.50-51)                                                                                                                  |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; беге в различных направлениях; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; проползании в обруч с захватом игрушки.<br>Упражнять детей в ловле мяча, брошенного воспитателем. | Занятие<br>Занятие 36 (С.Ю.Федорова тр.51)                                                                                                                      |
|   | 3 | Закреплять умение детей подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.                                                                                                                                                                                 | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 36 (С.Ю. Федорова, стр. 51)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Поймай комара» (Л.И. Пензулаева, стр.38)   |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки, беге в различных направлениях; подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; проползании под веревку с захватом игрушки; бросании мяча двумя руками снизу.                            | Занятие<br>Занятие 37 (С.Ю.Федорова 51-52)                                                                                                                      |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки, беге, догоняя катящиеся предметы; прыжках на двух ногах, сопровождающихся небольшим продвижением вперед; перелезанию через валик<br>Упражнять детей в перебрасывании малого мяча через ленту,             | Занятие<br>Занятие 38 (С.Ю.Федорова 52)                                                                                                                         |

|                |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                  |
|----------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                  | натянутую на уровне груди ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                  |
|                | 3                | Закреплять умение детей ходить по кругу, взявшись за руки.                                                                                                                                                                                                                                                                              | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 38 (С.Ю. Федорова, стр. 52)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Мы топаем ногами» (Л.И. Пензулаева, стр.63) |
| 4              | 1                | Продолжить упражнять детей в беге в различных направлениях; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка с небольшим продвижением вперед; подползании под скамейку; перебрасывании малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.<br>Упражнять детей в ходьбе приставными шагами вперед, в стороны. | Занятие<br>Занятие 39 (С.Ю.Федорова, стр.52-53)                                                                                                                  |
|                | 2                | Закреплять умение детей бегать в различных направлениях;                                                                                                                                                                                                                                                                                | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 39 (С.Ю. Федорова, стр. 52-53)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Ловкий шофер» (Л.И. Пензулаева, стр.29)  |
|                | 3                | Контрольное занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Занятие<br>Занятие 40 (С.Ю.Федорова 53)                                                                                                                          |
| <b>Февраль</b> | <b>Занятие №</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                              |
| <b>Неделя</b>  |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                  |
| 1              | 1                | Продолжить упражнять детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; проползании в два обруча, скатывании мяча с горки.<br>Упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения; беге между двумя линиями.                                                                                                                      | Занятие<br>Занятие 41 (С.Ю.Федорова 55-56)                                                                                                                       |
|                | 2                | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой направления, беге между двумя линиями; прыжках на двух ногах с мячом в руках;<br>Упражнять детей в проползании заданного расстояния,                                                                                                                                                      | Занятие<br>Занятие 42 (С.Ю.Федорова 56)                                                                                                                          |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                    |
|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   | прокатывая мяч перед собой; прокатывании мяча одной рукой между предметами.                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                    |
|   | 3 | Закреплять умение подпрыгивать до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед.                                                                                                                                                     | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 42 (С.Ю. Федорова, стр. 56)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки» (Л.И. Пензулаева, стр.39) |
| 2 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения; беге в различных направлениях; подпрыгивании до двух предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; подползании под двумя скамейками; ловле мяча от воспитателя. | Занятие<br>Занятие 43 (С.Ю.Федорова, стр.56)                                                                                                                       |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения; беге в различных направлениях; подползании под гимнастическую палку (высота 50см.); прокатывании двух мячей поочередно двумя руками под дугу, прыжкам с продвижением вперед с мячом в руках.   | Занятие<br>Занятие 44 (С.Ю.Федорова, стр.57)                                                                                                                       |
|   | 3 | Закреплять умение прокатывать два мячей поочередно двумя руками.                                                                                                                                                                                                   | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 44 (С.Ю. Федорова, стр. 57)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)         |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей ходьбе, перешагивая через предметы; беге между двумя линиями; перепрыгивании через веревку на двух ногах; подползании под гимнастическую палку (высота 50см.); прокатывании двух мячей поочередно одной рукой.                          | Занятие<br>Занятие 45 (С.Ю.Федорова 57)                                                                                                                            |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; беге в различных направлениях; подпрыгивании до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, подползании под скамейку; бросании мяча двумя руками снизу.                                | Занятие<br>Занятие 46 (С.Ю.Федорова 58)                                                                                                                            |
|   | 3 | Закреплять умение детей ходить с опорой на зрительные                                                                                                                                                                                                              | Занятие                                                                                                                                                            |

|               |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |
|---------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                | ориентиры.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Вводная, заключительная часть<br>Занятие 46 (С.Ю. Федорова, стр. 58)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Найди свой цвет» (Л.И. Пензулаева, стр.47)                  |
| 4             | 1              | Продолжить упражнять детей в ходьбе со с меной направления движения; беге между двумя линиями; подпрыгивании до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед.<br>Упражнять детей в прокатывании мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами; проползать в обруч и воротца с захватом мяча. | Занятие<br>Занятие 47 (С.Ю.Федорова, стр.58)                                                                                                                          |
|               | 2              | Закреплять умение детей подпрыгивать до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед.                                                                                                                                                                                                                       | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 47 (С.Ю. Федорова, стр. 58)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Зайка серый умывается» (Л.И. Пензулаева, стр.58) |
|               | 3              | Контрольное занятие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Занятие<br>Занятие 48 (С.Ю.Федорова, стр.59)                                                                                                                          |
| <b>Март</b>   | <b>Занятие</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                   |
| <b>Неделя</b> | <b>№</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |
| 1             | 1              | Продолжить упражнять детей в проползании заданного расстояния; перепрыгивании через веревку.<br>Упражнять детей в ходьбе, огибая предметы; беге между двумя линиями, не наступая на них; бросании мяча воспитателю.                                                                                                                        | Занятие<br>Занятие 49 (С.Ю.Федорова, стр.61)                                                                                                                          |
|               | 2              | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы; беге за воспитателем, от воспитателя; проползании заданного расстояния до предмета.<br>Упражнять детей в прыжках на двух ногах с места как можно дальше; катании мяча между предметами.                                                                                              | Занятие<br>Занятие 50 (С.Ю.Федорова, стр.61-62)                                                                                                                       |
|               | 3              | Закреплять умение детей катать мяч между предметами.                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Занятие<br>Вводная, заключительная часть                                                                                                                              |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                     |
|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Занятие 50 (С.Ю. Федорова, стр. 61-62)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)                                                   |
| 2 | 1 | Продолжить упражнять детей в беге между двумя линиями, не наступая на них; прыжках на двух ногах с места как можно дальше; бросании мяча двумя руками воспитателю.<br>Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога;<br>Перелезании через бревно; бросании мяча двумя руками воспитателю. | Занятие<br>Занятие 51 (С.Ю.Федорова, стр.62)                                                                                                                        |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в беге между двумя линиями, не наступая на них; ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога; перелезании через бревно; прыжках на двух ногах с места как можно дальше.<br>Упражнять детей в прокатывании мячей двумя руками в произвольном направлении.                        | Занятие<br>Занятие 52 (С.Ю.Федорова, стр.62-63)                                                                                                                     |
|   | 3 | Закреплять умение ходить со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога                                                                                                                                                                                                                                             | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 52 (С.Ю. Федорова, стр. 62-63)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Птица и птенчики» (Л.И. Пензулаева, стр.43) |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы, беге за воспитателем, от воспитателя; прыжках на двух ногах как можно дальше; прокатывании мячей друг другу.<br>Упражнять детей во влезании на лестницу-стремянку.                                                                                                              | Занятие<br>Занятие 53 (С.Ю.Федорова, стр.63)                                                                                                                        |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы, беге между двумя линиями, не наступая на них; перелезании через бревно; прыжках на двух ногах как можно дальше; прокатывании мяча одной рукой поочередно воспитателю.                                                                                                           | Занятие<br>Занятие 54 (С.Ю.Федорова, стр.63-64)                                                                                                                     |
|   | 3 | Закреплять умение бегать за воспитателем, от воспитателя.                                                                                                                                                                                                                                                                             | Занятие<br>Вводная, заключительная часть                                                                                                                            |

|               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                  |
|---------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Занятие 54 (С.Ю. Федорова, стр. 63-64)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Коршун и птенчики» (Л.И. Пензулаева, стр.39-40)                                                      |
| 4             | 1                | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; беге за воспитателем, от воспитателя; перепрыгивании через веревочку; проползании заданного расстояния до ориентира; прокатывании мяча одной и двумя руками друг другу.                                               | Занятие<br>Занятие 55 (С.Ю.Федорова, стр.64)                                                                                                                                     |
|               | 2                | Закреплять умение детей проползать заданное расстояния до ориентира.                                                                                                                                                                                                                                                         | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 55 (С.Ю. Федорова, стр. 64)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Найди свой цвет» (с проползанием) (Л.И. Пензулаева, стр.47) |
|               | 3                | Контрольное занятие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Занятие<br>Занятие 56 (С.Ю.Федорова, стр.64)                                                                                                                                     |
| <b>Апрель</b> | <b>Занятие №</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                              |
| <b>Неделя</b> |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                  |
| 1             | 1                | Продолжить упражнять детей в беге между двумя линиями, не наступая на них; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; подползании под веревку; прокатывании мяча одной и двумя руками.<br>Упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.)                                        | Занятие<br>Занятие 57 (С.Ю.Федорова, стр.67)                                                                                                                                     |
|               | 2                | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; подползании под дугу; прыжках на двух ногах с места как можно дальше; прокатывании мяча одной и двумя руками под дугу.<br>Упражнять детей в беге со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. | Занятие<br>Занятие 56 (С.Ю.Федорова, стр.67-68)                                                                                                                                  |
|               | 3                | Закреплять умение ходить и бегать со сменой направления и характера движения.                                                                                                                                                                                                                                                | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 58 (С.Ю. Федорова, стр. 67-68)                                                                                               |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                  |
|---|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Основная часть<br>Подвижная игра «Ловкий шофер» (Л.И. Пензулаева, стр.29)                                                                                        |
| 2 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); беге со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; прокатывании мяча между предметами; проползании в обруч.                                                                                                  | Занятие<br>Занятие 59 (С.Ю.Федорова, стр.68)                                                                                                                     |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); беге между двумя линиями, не наступая на них; прыжках на двух ногах до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; подползании под скамейку с захватом игрушки.<br>Упражнять детей в прокатывании мяча одной рукой, беге за мячом.                                                               | Занятие<br>Занятие 60 (С.Ю.Федорова, стр.68-69)                                                                                                                  |
|   | 3 | Закреплять умение прыгать на двух ногах до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 60 (С.Ю. Федорова, стр. 68-69)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Поймай комара» (Л.И. Пензулаева, стр.38) |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; беге со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога; подпрыгивании до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; катании мяча между предметами.<br>Упражнять детей в подползании под веревку (высота 30-40 см.) с захватом впереди стоящей игрушки. | Занятие<br>Занятие 61 (С.Ю.Федорова, стр.69)                                                                                                                     |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; беге между двумя линиями, не наступая на них; перелезании через бревно; прокатывании мяча между предметами.<br>Упражнять детей в перепрыгивании через две параллельные линии.                                                                                                   | Занятие<br>Занятие 62 (С.Ю.Федорова, стр.69-70)                                                                                                                  |

|               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |
|---------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | 3                | Закреплять умение прокатывать мяч между предметами.                                                                                                                                                                                                                   | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 62 (С.Ю. Федорова, стр. 69-70)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)         |
| 4             | 1                | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); беге между двумя линиями, не наступая на них; перепрыгивании через две параллельные линии; прокатывании мяча между предметами; во влезании на лестницу-стремянку с помощью взрослого. | Занятие<br>Занятие 63 (С.Ю.Федорова, стр.70)                                                                                                                          |
|               | 2                | Закреплять умения детей в ходить с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); бегать между двумя линиями, не наступая на них.                                                                                                                                          | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 63 (С.Ю. Федорова, стр. 70)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «По ровненькой дорожке» (Л.И. Пензулаева, стр.36) |
|               | 3                | Контрольное занятие.                                                                                                                                                                                                                                                  | Занятие<br>Занятие 64 (С.Ю.Федорова, стр.70-71)                                                                                                                       |
| <b>Май</b>    | <b>Занятие №</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                   |
| <b>Неделя</b> |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |
| 1             | 1                | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); прыжках с продвижением вперед; проползании в два обруча; скатывании мяча с горки.<br>Упражнять детей в медленном беге до 80м.                                                         | Занятие<br>Занятие 65 (С.Ю.Федорова, стр.73)                                                                                                                          |
|               | 2                | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы, медленном беге до 80м.; прыжках на двух ногах вместе как можно дальше; прокатывании мяча между предметами; во влезании на лестницу-стремянку с помощью взрослого.                                               | Занятие<br>Занятие 66 (С.Ю.Федорова, стр.73-74)                                                                                                                       |
|               | 3                | Закреплять умение детей прыгать с продвижением вперед.                                                                                                                                                                                                                | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 66 (С.Ю. Федорова, стр. 73-74)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки» (Л.И.                     |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                    |
|---|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Пензулаева, стр.39)                                                                                                                                                |
| 2 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); медленном беге до 80м.; подпрыгивании до предметов, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; подлезании под две скамейки; прокатывании двух мячей поочередно двумя руками между предметами. | Занятие<br>Занятие 67 (С.Ю.Федорова, стр.74)                                                                                                                       |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы; медленном беге до 80м.; подползании под гимнастическую палку (высота 50см.); прокатывании двух мячей поочередно двумя руками под дугу;<br>Упражнять детей в прыжках с места как можно дальше с мячом в руках.                                  | Занятие<br>Занятие 68 (С.Ю.Федорова, стр.74-75)                                                                                                                    |
|   | 3 | Закреплять умение детей подползать под гимнастическую палку (высота 50см.);                                                                                                                                                                                                                          | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 68 (С.Ю. Федорова, стр. 74-75)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Мыши в кладовой» (Л.И. Пензулаева, стр.35) |
| 3 | 1 | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); перелезании через бревно; перепрыгивании через веревку, прокатывании двух мячей поочередно правой и левой рукой.<br>Упражнять детей в непрерывном беге (30-40сек.)                                                   | Занятие<br>Занятие 69 (С.Ю.Федорова, стр.75)                                                                                                                       |
|   | 2 | Продолжить упражнять детей в ходьбе, огибая предметы, непрерывном беге (30-40сек.); перепрыгивании через веревку подползании под скамейку; бросании мяча взрослому.                                                                                                                                  | Занятие<br>Занятие 70 (С.Ю.Федорова, стр.75-76)                                                                                                                    |
|   | 3 | Закреплять умение детей прокатывать два мяча поочередно правой и левой рукой.                                                                                                                                                                                                                        | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 70 (С.Ю. Федорова, стр. 75-76)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «Догони мяч» (Л.И. Пензулаева, стр.29)      |

|             |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                       |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4           | 1                                                                                                                                  | Продолжить упражнять детей в ходьбе с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.); медленном беге до 80м.; прыжках через две параллельные линии, влезании на лестницу-стремянку, прокатывании мяча под дугой поочередно правой и левой руками. | Занятие<br>Занятие 71 (С.Ю.Федорова, стр.76)                                                                                                                          |
|             | 2                                                                                                                                  | Закреплять умение детей ходить с перешагиванием веревки (высота 5-15 см.);                                                                                                                                                                  | Занятие<br>Вводная, заключительная часть<br>Занятие 71 (С.Ю. Федорова, стр. 76)<br>Основная часть<br>Подвижная игра «По ровненькой дорожке» (Л.И. Пензулаева, стр.36) |
|             | 3                                                                                                                                  | Контрольное занятие.                                                                                                                                                                                                                        | Занятие<br>Занятие 72 (С.Ю.Федорова, стр.76)                                                                                                                          |
| Июнь-Август | Основные задачи работы с детьми                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                             | Формы работы                                                                                                                                                          |
|             | Закреплять навыки ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания и равновесия.<br>Закреплять умения, освоенные на физкультурных занятиях. |                                                                                                                                                                                                                                             | Подвижные игры различной подвижности, игровые упражнения из освоенных на физкультурных занятиях по рекомендациям педагога и по выбору детей.                          |

### Младший возраст 3-4 лет

| месяц    | Основные задачи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Формы работы                                                                                                              |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| сентябрь | <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях</li> <li>- упражнять в прыжках на двух ногах на месте</li> <li>- учить энергично отталкивать мяч при прокатывании</li> <li>- развивать умение группироваться при лазании под шнур</li> </ul>                                                                                                                                                                                           | Пензулаева Л.И.<br>Занятие 1-1* (стр 24) Занятие 2 - 2*( стр25)<br>Занятие 3 --3* ( стр27 занятие 4- 4*( стр28)           |
| октябрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять в сохранение равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры</li> <li>- развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках</li> <li>-упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу</li> <li>- упражнять детей в ходьбе и бег с остановкой по сигналу ; в ползании</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                  | Пензулаева Л.И.<br>Занятие 5- 5* ( ст 31) Занятие 6- 6*( стр32)<br>Занятие 7- 7* ( стр 33) Занятие 8- 8* ( стр 35)        |
| ноябрь   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнение заданий</li> <li>--упражнять в прыжках из обруча в обруч</li> <li>- развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами</li> <li>-упражнять в ползании-</li> <li>-формировать чувство равновесия</li> </ul>                                                                                                                                                                             | Пензулаева Л.И.<br>Занятие 9-9* ( стр38 ) Занятие10-10* ( стр 39 )<br>Занятие11 -11* ( стр41 ) Занятие 12- 12* ( стр 43)  |
| декабрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную , развивая способность ориентироваться в пространстве в прыжках</li> <li>- упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки</li> <li>- упражнять детей в прокатывании мяча между предметами , умении группироваться при лазании под дугу.</li> <li>-упражнять детей в ходьбе врассыпную, развивая способность ориентироваться в пространстве</li> <li>-упражнять в ползании на повышенной опоре,</li> </ul> | Пензулаева Л.И.<br>Занятие 13-13* ( стр45 ) Занятие 14 -14*( стр 47)<br>Занятие 15 -15* ( стр49 ) Занятие 16-16*( стр51 ) |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                          |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | сохранении равновесия при ходьбе по доске                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |
| Январь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить ходьбу с выполнением задания</li> <li>-упражнять в прыжках на двух ногах , продвигаясь вперед</li> <li>-упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную</li> <li>- упражнять в прокатывание мяча , развивая ловкость и глазомер</li> <li>- упражнять в прыжках на двух ногах между предметами</li> <li>- повторить упражнения в ползании, развивая координацию</li> </ul> | Пензулаева Л.И<br>Занятие 17-17* (стр 53 ) Занятие18-18* ( стр 55 )<br>Занятие 19-19* ( стр56 ) Занятие20- 20* ( стр 59) |
| февраль | Развивать координацию движений при ходьбе переменных шагом<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить прыжки с продвижением вперед</li> <li>- развивать ловкость и глазомер при бросании мяча через шнур</li> <li>-упражнять в умении группироваться при лазании под дугу</li> <li>-повторить упражнение в равновесии</li> </ul>                                                                                               | Пензулаева Л.И<br>Занятие 21-21* ( стр 62 ) Занятие22-22* ( ст63 )<br>Занятие 23-23* ( стр65 ) Занятие24-24* ( стр 67 )  |
| март    | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу<br><ul style="list-style-type: none"> <li>-учить прыжки в длину с места</li> <li>-упражнять в бросании мяча об пол и ловля его двумя руками, в ползание на повешенной опоре</li> <li>- развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами</li> </ul>                                                                                                                                | Пензулаева Л.И<br>Занятие25-25* ( стр 69) Занятие 26-26*( стр 71 )<br>Занятие 27 -27* ( стр 73 ) Занятие28 -28*( стр74 ) |
| апрель  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры</li> <li>-развивать ловкость в упражнениях с мячом</li> <li>-упражнять в ползании на ладонях и ступнях</li> <li>- упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу</li> <li>- повторить ползание между предметами</li> </ul>                                                                                                               | Пензулаева Л.И<br>Занятие 29-29* ( стр77 ) Занятие 30-30* ( стр 78 )<br>Занятие 31-31* ( стр80 ) Занятие 32-32*( стр82 ) |
| май     | <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве</li> <li>- упражнять детей в прокатывание мяча друг другу</li> <li>упражнять в бросании мяча вверх и ловля его</li> </ul>                                                                                                                                                                                                 | Пензулаева Л.И<br>Занятие 33 -33* ( стр 84) Занятие34-34* ( стр34 )<br>Занятие35-35* ( стр87 ) Заняти36-36* ( стр 89 )   |

|  |                                               |  |
|--|-----------------------------------------------|--|
|  | повторить ползание по гимнастической скамейке |  |
|--|-----------------------------------------------|--|

### Средний возраст 4-5 лет

| месяц    | Основные задачи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Формы работы                                                                                                                                                                  |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| сентябрь | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному</li> <li>-упражнять в энергичном отталкивание двумя ногами от пола мягком приземлении при подпрыгивании</li> <li>- упражнять в прокатывание мяча, лазанье под шнур</li> <li>-продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазанье под шнур</li> <li>Учить перебрасывать мяч друг другу ,развивая ловкость и глазомер</li> </ul> | Занятие 1 (стр 19) Занятие 2 9стр (21)<br>Занятие 4 (стр 22) Занятие 59 стр( 24)<br>Занятие 7( стр 26) Занятие 89стр (28)<br>Занятие 10 ( стр 30) Занятие 11 9стр (32)        |
| октябрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре</li> <li>- прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее, а затем пройти в конец колонны. Дистанция 4 м.</li> <li>Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега</li> <li>Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч</li> <li>Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении , в лазанье под дугу</li> </ul>        | Занятие 13 (стр 35) Занятие 14 ( стр 37)<br>Занятие16 ( стр 38) Занятие 17 ( стр 40)<br>Занятие 19 ( стр 41) Занятие20 ( стр43)<br>Занятие 22( стр44) Занятие ( стр 23)       |
| ноябрь   | <ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнять детей в ходьбе и беге между предметами</li> <li>-упражнять в прыжках на двух ногах</li> <li>-упржнять в ходьбе и беге по круг , в ходьбе и беге на носках, в приземлени на полусогнутые ноги в прыжках, в прокатывании мяча</li> <li>--в бросках мяча о землю и ловлю его двумя руками</li> <li>-- развивать глазомер и силу броска при метании на дальность</li> </ul>                                                                         | Занятие 25( стр 49) Занятие 26 ( стр50)<br>Занятие 28 ( стр 52) Занятие 29( стр 54)<br>Занятие 31( стр 55) Занятие 32 ( 56)<br>Занятие 34( стр 58) Занятие 35 ( стр 59)       |
| декабрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге</li> <li>-упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры</li> <li>Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги</li> <li>-развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами</li> <li>-учить правильном ухвату рук за края скамейки при ползании на</li> </ul>                                                         | Занятие 37 ( стр62)Занятие 38 ( стр6 3<br>Занятие 40 ( стр 65) Занятие 41 ( стр 67)<br>Занятие 43 ( стр 68) Занятие 44 ( стр 70)<br>Занятие 46 ( стр 72) Занятие 47 ( стр 74) |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                            |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | <p>животе</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-развивать ловкость при перебрасывании мяча друг другу</li> <li>- повторить упражнения в равновесии</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |
| январь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их</li> <li>-формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры</li> <li>-упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу</li> <li>- развивать ловкость в упражнениях с мячом</li> <li>-закреплять умение правильно подлезать под шнур</li> <li>- упражнение в равновесии- ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе.</li> </ul>    | <p>Занятие 49 ( стр 76) Занятие 50 ( стр78)</p> <p>Занятие 52( стр79) занятие 53 ( стр 80)</p> <p>Занятие 55 ( стр 81) занятие 56( стр 83)</p> <p>Занятие 58 ( стр 84) Занятие 59 (стр86,</p>              |
| февраль | <ul style="list-style-type: none"> <li>-- упражнять детей в ходьбе и беге между предметами ,в равновесии</li> <li>-развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами</li> <li>-упражнять в ловле мяча двумя руками</li> <li>-упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения</li> <li>- повторить игровые упражнения с бегом, прыжками</li> </ul>                                                                                                                           | <p>Занятие 61 ( стр 88) Занятие 62 ( стр 89)</p> <p>Занятие 64 ( стр 91) Занятие 65 ( стр 92)</p> <p>Занятие 67 ( стр 93) Занятие 68 ( стр95)</p> <p>Занятие 70 ( стр 96)Занятие 71 ( стр 97)</p> <p>-</p> |
| март    | <ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную</li> <li>- развивать ловкость и глазомер при метании в цель, упражнять в беге</li> <li>-упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку</li> <li>- повторить прокатывание мяча между предметами</li> <li>=упражнять в ползании на животе по скамейке</li> </ul>             | <p>Занятие 73 ( стр99) занятие 74 ( стр101)</p> <p>Занятие 76 ( стр 102) Занятие 77 ( стр104)</p> <p>Занятие 79( 105) Занятие 80( стр107)</p> <p>Занятие82 ( стр108 ) Занятие 83( стр110)</p>              |
| апрель  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-- упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную</li> <li>-повторить задания в равновесии и прыжках</li> <li>-упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, в прокатывании обручей</li> <li>-повторить упражнения с мячом</li> <li>-закреплять умение занимать правильное исходного положение в прыжках в длину с места</li> <li>-развивать ловкость и глазомер при метании на дальность</li> </ul> | <p>Занятие 85 ( стр112 ) Занятие86 ( стр 114)</p> <p>Занятие 88 ( стр115 ) Занятие 89 ( стр 117)</p> <p>Занятие 91( стр118 ) Занятие92 ( стр120 )</p> <p>Занятие 94( стр121 ) Занятие 95 ( стр 123 )</p>   |
| май     | <p>Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Занятие 97 ( стр124 ) Занятие98 ( стр 126)</p> <p>Занятие 100 ( стр 127) Занятие 101 ( стр129)</p>                                                                                                      |

|  |                                                                                                                                                           |                                                                                                    |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | -повторить прыжки в длину с места<br>-повторить игровые упражнения с мячом<br>Упражнять в ползании по скамейке<br>- повторить метание в вертикальную цель | Занятие 1 03 ( стр130 ) Занятие 104 ( стр 132 )<br>Занятие 106 ( стр 133) Занятие107<br>( стр135 ) |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Старший возраст 5-6 лет**

| месяц    | Основные задачи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Формы работы                                                                                                                                                                |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| сентябрь | -Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, беге врассыпную<br>-Упражнять в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча у<br>- упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге, ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони<br>- развивать ловкость и способность к сохранению устойчивого равновесия при ходьбы по уменьшенной площади опоры<br>-развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость при бросках мяча вверх<br>-разучивать пролезание под дугу боком, не задевая за ее край<br>- повторить упражнения в равновесии и прыжках | Занятие 1 ( стр16 ) Занятие 2 ( стр18<br>Занятие 4 ( стр 21) Занятие5 ( стр23<br>Занятие7 ( стр25 ) Занятие8 ( стр27 )<br>Занятие 10 ( стр28 ) Занятие11 ( стр 30 )         |
| октябрь  | -разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному<br>-повторить бес преодолением препятствии<br>- знакомить с ведением мяча правой и левой рукой ( элементы баскетбола)<br>-развивать координацию движений при перебрасывании мяча<br>-развивать координацию движений при метании в цель<br>- повторить пролезание в обруч, упражнения в равновесии                                                                                                                                                                                                                                     | Занятие13 ( стр33 ) Занятие 14 ( стр 35<br>Занятие 16 ( стр 36 ) Занятие7 ( стр 39)<br>Занятие 19 ( стр41) Занятие20 ( стр43 )<br>Занятие 22( стр 44 ) Занятие23 ( стр 46 ) |
| ноябрь   | - повторить ходьбу с высоким подниманием колен и упражнения в равновесии, развивая координацию движений<br>-упражнять в перебрасывании мячей в шеренгах<br>-повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед<br>-упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии<br>-упражнять в беге , развивая выносливость<br>-повторить перебрасывание мяча в шеренгах, игровые упражнения с прыжками и бегом                                                                                                                                       | Занятие25 ( стр 49) Занятие 26 ( стр 51<br>Занятие28 ( стр53 ) Занятие29 ( стр 55<br>Занятие31 ( стр57 ) Занятие32 ( стр 58 )<br>Занятие 34 ( стр60 ) Занятие 35 ( стр 61 ) |
| декабрь  | - упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Занятие 37 ( стр 64) Занятие 38 ( стр 66 )                                                                                                                                  |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                  |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | <p>от другу</p> <p>-повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге продвигаясь вперед</p> <p>-упражнять в ползании и переброске мяча</p> <p>- закреплять умение ловить мяч, развивать ловкость и глазомер</p> <p>-Повторить упражнения в равновесии и прыжках</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Занятие 40 (стр68) Занятие 41 (стр70)</p> <p>Занятие43 (стр71) Занятие 44 (стр 73 )</p> <p>Занятие 46 (стр75) Занятие 47 (стр77 )</p>                                                         |
| январь  | <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их</p> <p>- упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо</p> <p>- разучить прыжкам в длину с места</p> <p>-Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывание мяча головой</p> <p>-упражнять в перебрасывании мяча друг другу</p> <p>-</p>                                                                                                                                                                                                             | <p>Занятие 49 (стр 80) Занятие 50 (стр 82)</p> <p>Занятие 52 (стр84) Занятие 53 (стр 85)</p> <p>Занятие 55 (стр87) Занятие 56 (стр88 )</p> <p>Занятие 58 (стр90) Занятие59 (стр 91 )</p>         |
| февраль | <p>-упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в беге, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре</p> <p>-повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину</p> <p>-закрепить навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках</p> <p>-упражнять в ползании под дугу и отбивании мяча о землю</p> <p>-- разучивать метание в вертикальную цель</p> <p>Упражнять в ползании под палку и перешагивании через шнур</p> <p>- повторить игровые задания в прыжках и с мячом</p> | <p>Занятие61 (стр94) Занятие 62 (стр95)</p> <p>Занятие64 (стр94) Занятие65 (стр 96)</p> <p>Занятие 67 (стр 100) Занятие 68 (стр 102 )</p> <p>Занятие 70 (стр ) Занятие71 (стр 105)</p>           |
| март    | <p>-упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу</p> <p>-разучить ходьбу по канату с мешочком на голове</p> <p>-упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер</p> <p>- разучить прыжок в высоту с разбега</p> <p>-упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, ползании между предметами</p> <p>Упражнять игровые упражнения с мячом</p> <p>- разучивать прыжки на скакалке</p>                                                                                  | <p>Занятие 73 (стр 108) Занятие74 (стр110)</p> <p>Занятие 76 (стр112) Заняти77 (стр 113)</p> <p>Занятие79 (стр116) Занятие80 (стр 117 )</p> <p>Занятие 82 119 (стр ) Занятие 83 (стр121 )</p>    |
| апрель  | <p>-Повторить ходьбу и бег по кругу</p> <p>- упражнять в прокатывании обручей</p> <p>- повторить метание в вертикальную цель , развивая ловкость и глазомер</p> <p>-упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>Занятие 85 (стр122) Занятие86 (стр 123)</p> <p>Занятие 88 (стр 126) Занятие 89 (стр 128)</p> <p>Занятие 91 (стр130) Занятие92 (стр131 )</p> <p>Занятие 94 (стр 133) Занятие 95 (стр 135 )</p> |

|     |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | -повторить игровые упражнения с мячом<br>- упражнять в прыжках на скакалке                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                |
| май | -упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы<br>--развивать выносливость в непрерывном беге<br>-упражнять в прокатывании обручей, развивать ловкость и глазомер<br>-упражнять в прыжках на скакалке | Занятие 97 ( стр138 ) Занятие 98 ( стр 140)<br>Занятие 100 ( стр141 ) Занятие 101 ( стр 143)<br>Занятие 103 ( стр145 ) Занятие 104 ( стр146 )<br>Занятие106 ( стр148 ) Занятие 107 ( стр 150 ) |

### Подготовительный возраст 5-6 лет

| месяц    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Формы работы                                                                                                                                                               |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| сентябрь | -упражнять детей в беге колонной по одному, учении переходить с бега на ходьбу, сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе<br>-развивать точность движений при переброске мяча<br>-развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета<br>- повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая их<br>-развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в заданиях на сохранения равновесия<br>-повторить упражнения на ползание по гимнастической скамейке<br>-повторить прыжки через шнуры            | Занятие 1 ( стр10 ) Занятие 2 ( стр<br>Занятие 4 ( стр13 ) Занятие5 ( стр 16<br>Занятие 7 ( стр18 ) Занятие8 ( 19 )<br>Занятие 10 ( стр21 ) Занятие11 ( стр 23 )           |
| октябрь  | - закреплять навыки ходьбы и бега между предметами<br>-упражнять в сохранении равновесии при ходьбе и прыжках<br>- развивать ловкость в упражнении с мячом<br>-упражнять в беге с преодолением препятствий<br>- развивать ловкость в упражнении с мячом<br>- повторить задание в прыжках<br>-упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу<br>- отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки<br>-развивать координацию движения в упражнениях с мячом<br>-повторить упражнения в ведении мяча, ползании | Занятие 13 ( стр26 ) Занятие14 ( стр27<br>Занятие16 ( стр29 ) Занятие17 ( стр31<br>Занятие 19 ( стр32 ) Занятие 20 ( стр34 )<br>Занятие 22 ( стр36 ) Занятие 23 ( стр 37 ) |
| ноябрь   | -закрепить навык ходьбы и бега по кругу<br>-упражнять в ходьбе по канату положенному на пол, в энергичном отталкивании в прыжках через шнур                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Занятие25 ( стр40 ) Занятие26 ( стр42)<br>Занятие 28 ( стр44 ) Занятие 29 ( стр 46)<br>Занятие 31 ( стр48 ) Занятие32 ( стр50 )                                            |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                          |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить эстафету с мячом</li> <li>-упражнять в ходьбе с изменением направления движения, прыжках через скакалку</li> <li>-повторить бросание мяча друг другу, ползание по гимнастической скамейке и четвереньках с мешочком на спине</li> <li>-упражнять в ходьбе и беге между предметами, пролезании под дугу.</li> <li>-повторить ведение мяча с продвижением вперед</li> <li>-повторить упражнения в прыжках и в равновесии</li> </ul>                                                                                                                          | Занятие 34 (стр 51) Занятие 35 (стр 53)                                                                                                                                  |
| <b>декабрь</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнять в ходьбе с различным положением рук, беге враспынную, сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации</li> <li>-развивать ловкость в упражнениях с мячом</li> <li>-упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, прыжках на правой и левой ноге попеременно</li> <li>-повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом</li> <li>--повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением</li> <li>- упражнять в подбрасывании мяча, развивать ловкость и глазомер</li> <li>Упражнять прыжки на скакалке</li> <li>-</li> </ul> | Занятие 37 (стр 56) Занятие 38 (стр 58)<br>Занятие 40 (стр 59) Занятие 41 (стр 61)<br>Занятие 43 (стр 63) Занятие 44 (стр 64)<br>Занятие 46 (стр 66) Занятие 47 (стр 68) |
| <b>январь</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу</li> <li>-- упражнять в прыжках в длину с места</li> <li>-- развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке</li> <li>--упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием</li> <li>- развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом</li> <li>- повторить пролезание под шнур</li> <li>-упражнять в ползании на четвереньках и в прыжках</li> <li>- развивать умение сохранять устойчивое равновесие</li> </ul>                                                | Занятие 49 (стр 70) Занятие 50 (стр 72)<br>Занятие 52 (стр 73) Занятие 53 (стр 75)<br>Занятие 55 (стр 77) Занятие 56 (стр 78)<br>Занятие 58 (стр 81) Занятие 59 (стр 82) |
| <b>февраль</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять в сохранении равновесии при ходьбе с выполнением дополнительного задания</li> <li>- закрепить навык энергичного отталкивания ногами от пола в прыжках</li> <li>повторить упражнения в бросании мяча, развивать ловкость и глазомер</li> <li>-упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, в</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     | Занятие 61 (стр 84) Занятие 62 (стр 86)<br>Занятие 64 (стр 87) Занятие 65 (стр 89)<br>Занятие 67 (стр 91) Занятие 68 (стр 92)<br>Занятие 70 (стр 94) Занятие 71 (стр 96) |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                               |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         | перебрасывании мяча<br>- повторить игровые упражнения, эстафеты                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                               |
| <b>март</b>             | - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в сохранении устойчивого равновесия<br>- повторить прыжки и упражнения с мячом<br>- упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель<br>- упражнять в лазанье<br>- упражнять прыжки со скакалкой<br>- повторить игровые упражнения и эстафеты                                                                                                                                                                                                                                                    | Занятие 73 (стр98) Занятие 74 (стр 100)<br>Занятие 76 (стр102) Занятие 77 (стр104)<br>Занятие 79 (стр106) Занятие 80 (стр108 )<br>Занятие 82 (стр109) Занятие 83 (стр111 )    |
| <b>апрель</b>           | Повторить игровые упражнения в ходьбе и беге<br>-упражнять в прыжках, с мячом<br>-формировать умение сохранять устойчивое равновесии<br>- упражнять в прыжках в длину, в перебрасывании мяча друг другу<br>--упражнять в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары<br>= повторить упражнения с метанием в цель                                                                                                                                                                                                                             | Занятие 85 (стр113) Занятие86 (стр115)<br>Занятие 88 (стр 117) Занятие 89 (стр119)<br>Занятие 91 (стр120) Занятие 92 (стр 122 )<br>Занятие 94 (стр124) Занятие95 (стр126 )    |
| <b>май</b>              | -повторить упражнения в ходьбе и беге<br>-Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе , по повышенной поверхности, в прыжках с продвижением вперед бросание мяча о стену<br>-упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость , в прыжках через скакалку<br>-развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении<br>-повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием<br>- упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места<br>- повторить упражнения с мячом | Занятие 97 (стр128) Занятие98 (стр130)<br>Занятие 100 (стр131) Занятие101 (стр 133)<br>Занятие 103 (стр135) Занятие104 (стр136 )<br>Занятие 106 (стр139) Занятие 107 (стр14 ) |
| <b>Июнь-<br/>Август</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Формы работы</b>                                                                                                                                                           |
|                         | Закреплять навыки ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания и равновесия.<br>Закреплять умения, освоенные на физкультурных занятиях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Подвижные игры различной подвижности, игровые упражнения из освоенных на физкультурных занятиях по рекомендациям педагога и по выбору детей.                                  |

### 3.7. . КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

| Срок     | Тема                                                                                                                                                          | возраст                                                    | Исполнитель                                                        |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| сентябрь | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ</b> Спортивный досуг «Осенние старты»</li> </ul>                                                      | Все группы<br>Старшие и подготовительные к школе группы    | Инструктор ФИЗО                                                    |
|          | <ul style="list-style-type: none"> <li>Спортивное соревнование «Операция Спаси себя сам»</li> </ul>                                                           | Старшие и подготовительные к школе группы                  |                                                                    |
| октябрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Футбольный турнир «Золотая бутса»</li> <li>«Красная книга» - День защиты животных</li> <li>« Радуга Урицка»</li> </ul> | Все группы<br>Средние<br>Старшие и подготовительные группы | Инструктор ФИЗО<br>Педагог-организатор<br>Музыкальные руководители |
| ноябрь   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Спортивный досуг «Чудо-резиночка»</li> <li>«Самые веселые старты»</li> </ul> <b>МО «Урицк» район</b>                   | Все группы                                                 | Инструктор ФИЗО, воспитатели, родители                             |
| декабрь  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Праздник «Новый год»</li> </ul>                                                                                        | Все группы                                                 | Инструктор ФИЗО, Музыкальные руководители                          |
| январь   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ</b> Образовательное Событие «ДЕТСКАЯ СПАРТАКИАДА»</li> <li>Районное мероприятие</li> </ul>            | Все группы<br>Старший<br>подготовительный                  | Инструктор ФИЗО, воспитатели, Музыкальные руководители             |

|         |                                                                                                               |                  |                                                                     |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------|
|         | «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»                                                                                        |                  |                                                                     |
| февраль | <ul style="list-style-type: none"> <li>Праздник «ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА»</li> </ul>                         | Все возраста     | Музыкальные руководители, Инструктор по ФИЗО, Воспитатели, Родители |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>День здоровья</li> </ul>                                               | Все возраста     | Музыкальные руководители, Инструктор по ФИЗО<br>Воспитатели         |
| март    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Районное мероприятие «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»</li> </ul>                 | Подготовительный | Инструктор по ФИЗО                                                  |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Всемирный день театра «ТЕАТР ПРИГЛАШАЕТ ДРУЗЕЙ»</li> </ul>             | Все группы       |                                                                     |
| апрель  | <ul style="list-style-type: none"> <li>«КОСМОНАВТОМ СТАТЬ ХОЧУ, ПУСТЬ МЕНЯ НАУЧАТ»</li> </ul>                 | Все группы       | Инструктор по ФИЗО, педагог-психолог                                |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Интерактивное занятие «ЗОЛОТЫЕ ФОРМУЛЫ ЗДОРОВЬЯ»</li> </ul>            |                  |                                                                     |
| май     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Досуг « МЫ СО СПОРТОМ ДРУЖИМ»</li> </ul>                               | Все возраста     | Инструктор по ФИЗО                                                  |
| июнь    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Интеллектуально-спортивная игра «АЗБУКА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ»</li> </ul> |                  | Инструктор по ФИЗО                                                  |

|        |                                                                                                                                                                                                     |  |                                          |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------|
|        | <b>ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивные эстафета здоровья</li> </ul>                                                                                               |  |                                          |
| июль   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• День ДОРОЖНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ</li> <li>• День мыльных пузырей</li> <li>• День семьи и верности</li> <li>• День сюрпризов</li> </ul>                           |  | Инструктор по ФИЗО, музыкальные          |
| август | <ul style="list-style-type: none"> <li>• День ФИЗКУЛЬТУРНИКА</li> <li>• Флешмоб День флага России</li> <li>• Международный день светофора»</li> <li>• Образовательное событие «День ВМФ»</li> </ul> |  | Инструктор по ФИЗО<br>Музыкальный рук-ль |

### ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННЫХ СОБЫТИЙ, ПРАЗДНИКОВ, МЕРОПРИЯТИЙ

Для решения воспитательных задач ДОУ применяются следующие **формы**:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Праздники</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Организуются праздники в виде тематических мероприятий, а также утренников, концертов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Спортивные мероприятия</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Физкультурные мероприятия в ДОУ представлены физкультурными праздниками, развлечениями, досугами, спартакиадами. Проведение их стало традиционным.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>Событие</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Событийный подход рассматривается как продуктивная педагогическая технология организации и осуществления значимых событий в жизни дошкольного коллектива и отдельной личности.</p> <p>Главными принципами взаимодействия воспитателя с детьми в событийном подходе выступает принцип эмпатии, подразумевающий создание положительных, доверительных, открытых отношений с ребенком, учет его состояний, сопереживание и поддержку, а также опора на разнообразные виды детской деятельности, позволяющая реализовывать содержательное общение на доступном ребенку уровне понимания.</p> |

|  |
|--|
|  |
|--|