

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оглавление  [1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ. 4](#_Toc7982887)  [1.1 Пояснительная записка 4](#_Toc7982888)  [1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы 5](#_Toc7982889)  [1.1.2. Принципы и подходы 6](#_Toc7982890)  [1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики особенностей развития детей дошкольных групп 9](#_Toc7982891)  [1.2. Планируемые результаты РП 13](#_Toc7982892)  [1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по РП 16](#_Toc7982893)  [2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ 17](#_Toc7982894)  [2.1. Общие положения 17](#_Toc7982895)  [2.2. Описание образовательной деятельности модуля образовательной области «Физическое развитие» 18](#_Toc7982896)  [2.3. Взаимодействие взрослых с детьми 42](#_Toc7982897)  [2.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников 44](#_Toc7982899)  [3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ 47](#_Toc7982900)  [3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка 47](#_Toc7982901)  [3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды 47](#_Toc7982902)  [3.3. Кадровые условия реализации РП 51](#_Toc7982903)  [3.4. Материально-техническое обеспечение РП 52](#_Toc7982904)  [3.5. Методическое обеспечение РП 54](#_Toc7982905)  [3.6. Финансовые условия реализации РП 55](#_Toc7982906)  [3.7. Планирование образовательной деятельности. 56](#_Toc7982907)  [3.8. Режим занятий 95](#_Toc7982911)  [3.9. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания РП и обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов 96](#_Toc7982912)  [3.10. Перечень нормативных и нормативно-методических документов 96](#_Toc7982913)  ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ Краткая презентация РП |  |  |

# **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.**

* 1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее по тексту РП) реализуется в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении Муниципального образования г. Ирбит «Детский сад № 1» в группах общеразвивающей направленности с 3 до 7 (8) лет и направлена на физическое развитие детей, с учетом их возрастных особенностей, на основе индивидуального подхода к детям и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Рабочая программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой детского сада и

отражает особенности содержания и организации образовательного процесса в группах детей дошкольного возраста. Нормативные основания разработки Рабочей программы:

* Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273–ФЗ Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. № 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования.
* Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 года);
* СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26 (зарегистрировано министерство юстиции РФ 29.05.2013 г., регистрационный № 28564)

Рабочая программа разработана в соответствии с действующим законодательством и иными нормативными правовыми актами, локальным актами МБДОУ, регулирующими деятельность учреждения дошкольного образования:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» (статьи

2,12,13,14).

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N

26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 3.4.1.3049-13 3. "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17

октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа

2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"

1. Письмо Министерства образования и науки № 08-10 от 10 января 2014 года «План действий по

обеспечению введения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»

1. Письмо Министерства образования и науки № 08-5 от 10 января 2014 г. "О соблюдении организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, требований, установленных федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования "

7. Устава МБДОУ «Детский сад № 1», утвержденного постановлением главы № 1804 от 26.10.2015 года.

8. Лицензией на образовательную деятельность серия 66ЛО1 № 0003521от 04.08.2011г., бессрочно.

Рабочая программа включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Срок реализации Рабочей программы – 1 год (2019 – 2020 учебный год).

РП является «открытой» и может включать в себя целесообразные дополнения и изменения.

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

РП реализуется на государственном языке Российской Федерации - русский. Продолжительность пребывания детей в ДОУ – 10,5 -часовое пребывание с 07.30 до 18.00 часов, исключая выходные и праздничные дни. Режим работы МБДОУ - пятидневная рабочая неделя, выходные дни - суббота и воскресенье, праздничные дни. Рабочая программа (модуль) по физическому развитию детей дошкольного возраста является структурной единицей основной образовательной программы ДОУ, её реализация предусматривает решение ведущих целей и задач, отражённых в общей направленности Программы, и конкретных задач физического развития.

* + 1. **Цели и задачи реализации рабочей программы**

|  |  |
| --- | --- |
| *Обязательная часть* | *Часть, формируемая участниками образовательных отношений* |
| *Цель:*  - создание условий для физического развития, сохранения, укрепления здоровья каждого ребенка МБДОУ, его сознательного отношения к собственному здоровью. | *Цель рабочей программы*:  Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций. |
| *Задачи:*  - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;  - обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки; - формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;  - развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.  - развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности к самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту. | *Задачи рабочей программы:*  1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.  2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.  3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.  4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала |

Рабочая программа определяет содержание и организацию физической деятельности и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

* + 1. **Принципы и подходы**

Содержание Основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования выстроено в соответствии с научными принципами и подходами, обозначенными в ФГОС ДО.

|  |  |
| --- | --- |
| *Обязательная часть* | *Часть, формируемая участниками образовательных отношений* |
| *Принципы:*  1. -*принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей;  *- принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью;  - *принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбор форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой;  - *принцип индивидуализации* - позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений;  *- принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.  - *Поддержка разнообразия детства*; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.  - *Личностно-развивающий и гуманистический характер* взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей; ребенок – субъект образования, развивается только в деятельности.  -  *Уважение личности ребенка.*  -  Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего *в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.*  -  *Содействие и сотрудничество детей и взрослых*, *признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.*  -  *Сотрудничество Организации с семьей*.  - *Сетевое взаимодействие с организациями* социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития.  -  *Возрастная адекватность образования.*  - *Развивающее вариативное образование.* Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.  - *Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей рабочей программы п*раво выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации РП, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п.  - *Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса*. | *Принципы:*   * принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка; * принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста; * принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей; * принцип учета специфики дошкольного образования, предусматривающего решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов; * принцип возрастной адекватности форм работы с детьми и приоритетности ведущего вида деятельности – игры. |

* + 1. **Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики особенностей развития детей дошкольных групп**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Возраст*** | *Характеристика возрастных возможностей детей* |
| ***2-3 года*** | На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее.  Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.  Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.  К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п.  Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет. |
| ***4 - 5 лет*** | В этом возрасте продолжается рост всех органов и физиологических систем, сохраняется высокая потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения – осмысленные, мотивированные, и управляемые. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, совершение действий направленных на достижение отдаленного результата привлекательно, в основном, в случае интереса. Появляется способность к регуляции двигательной активности. Совершенствуются основные нервные процессы, улучшается их подвижность. В движении появляется слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей: ловкости, выносливости, гибкости, координации.  У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей.  У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в общем для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.  У детей начинает формироваться способность контролировать свои эмоции в движении, чему способствует освоение ими языка эмоций (гаммы переживаний, настроений). |
| ***6 – 7(8) лет*** | У детей 7 лет продолжается процесс окостенения скелета. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физические упражнения. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры. Шести-, семилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые часто наблюдаются у детей трех - пяти лет. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний со стороны взрослого(воспитателя), производят многие из них, могут выполнять ряд движений и более сложных движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя. Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее существенным показателем физического развития старшего дошкольника.  Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике.  Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку.  По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.  В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна). Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель.  В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия. У детей формируются предпосылки к учебной деятельности, они умеют «слушать и слышать», «смотреть и видеть», осуществлять самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений. Старший дошкольник уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных, спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, умелый, сильный, ловкий» и т.д.). В старшем дошкольном возрасте у мальчиков и девочек проявляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.  На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий; для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность. |

***Возрастные особенности детей***

***Здоровье***

***Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)***

Расширять опыт ориентировки в частях собственного тела (голова, лицо, руки, ноги, спина).

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

Формировать привычку (сначала под контролем взрослого, а затем самостоятельно) мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок; пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

***Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)***

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упраж­нения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.  
Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользо­ваться носовым платком и расческой.  
Закреплять умения детей аккуратно пользоваться столовыми прибора­ми; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить.  
Закреплять умение следить за чистотой одежды и обуви, замечать и ус­транять непорядок в своем внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, прическе.

***Физическая культура***

***Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)***

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правиль­ную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласован­ными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

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

Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

***Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)***

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.  
 Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.   
Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно, следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

* 1. **Планируемые результаты РП**

Планируемые результаты освоения рабочей программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка.

***Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (обязательная часть):***

− ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно – исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

− ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

− ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

− у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

− ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

***Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (часть, формируемая участниками образовательных отношений):***

- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физи­ческих упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа, стремится к неповто­римости, индивидуальности в своих движениях;

- ребенок использует в самостоятельной деятельности, организует совместно с детьми разнообразные по содержанию подвижные игры народов Урала, способствующие развитию психофизических качеств, координации движений;

- ребенок с удовольствием делится своими знаниями об основных способах обеспечения и укрепления доступными средствами физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала;

- ребенок владеет основами безопасного поведения: знает, как по­звать на помощь, обратиться за помощью к взрослому; знает свой адрес, имена родителей, их контактную информацию; избе­гает контактов с незнакомыми людьми на улице; различает неко­торые съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы, проявляет ос­торожность при встрече с незнакомыми животными; соблюдет пра­вила дорожного движения; поведения в транспорте;

- ребенок проявляет интерес к подвижным и спортивным, народным играм традиционным для Урала;

- ребенок понимает значение укрепления здоровья и безопасного пове­дения.

***Планируемые достижения детей в двигательной деятельности***

**Вторая группа раннего возраста:**

* укрепление физического и психического здоровья детей:
* воспитание культурно-гигиенических навыков;
* сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и двигательного опыта детей;
* овладение и обогащение основными видами движения;
* сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**К концу года дети умеют:**

* Умеют брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.
* Сохраняют равновесие в процессе выполнения всех физических упражнений, а так же специальных занятий
* Ходят и бегают свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног

**Средняя группа:**

• сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

• воспитание культурно-гигиенических навыков;

• сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей;

• овладение основными видами движения;

• сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**К концу года дети умеют:**

- Хорошо ориентироваться в пространстве, используя всю площадь зала;

- Быстро сменяют положение тела и направление.

- Реагируют на сигналы во время различных действий: кружения, легких прыжков на батуте, удерживания равновесия на балансире, бега по мягким бумам и т. д.; при этом необходима страховка со стороны педагога.

**Подготовительная группа:**

* сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
* воспитание культурно-гигиенических навыков;
* сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей;
* овладение основными видами движения;
* сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Планируемые результаты освоения рабочей программы:**

* Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
* Могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см., с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* Могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 – 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель.
* Умеют перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
* Выполняют физические упражнения из разных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
* Ходят на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимаются на горку и спускаются с нее, тормозят при спуске.

## [**1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по РП**](#_Toc422496176)

В соответствии с ФГОС ДО (п. 4.3 раздела IV. Требования к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования), целевые ориентиры реализации Рабочей программы не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Однако ФГОС ДО (п. 3.2.3 раздел III. Требования к условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования,) допускает, что в МБДОУ (группе) может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (или мониторинга).

Рабочая программа предоставляет МБДОУ право самостоятельного выбора инструментов педагогической диагностики развития детей, в том числе, его динамики (примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20.05.2015 № 2/15). Педагог имеет право по собственному выбору или на основе консультаций со специалистами использовать имеющиеся различные рекомендации по проведению такой оценки в рамках педагогической диагностики в группе МБДОУ, или проводить ее самостоятельно. Данные, полученные в результате такой оценки, также являются профессиональными материалами самого педагога и не подлежат проверке в процессе контроля и надзора (комментарии к разделу III пункта 3.2.3.). Педагогическая оценка индивидуального развития ребёнка направлена, прежде всего, на определение наличия условий для развития ребёнка в соответствии с его возрастными особенностями, возможностями и индивидуальными склонностями.

# **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

## **2.1. Общие положения (обязательная часть)**

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

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

Все занятия проводятся в соответствии с учебно-методическим комплектом, используемым по Программе.

Варианты проведения занятий по физической культуре:

*Занятие по единому сюжету,* построенному на сказочной или реальной основе. За основу берется классическая структура занятия физической культурой, содержание двигательной деятельности согласуется с сюжетом.

*Тренировочное занятие* — закрепление определенных видов движений. Оно обеспечивает возможность многократно повторить движение, потренироваться в технике его выполнения. Традиционная структура занятия физической культурой может быть несколько нарушена за счет исключения общеразвивающих упражнений и увеличения времени работы над основными движениями, элементами спортивных игр при обязательном обеспечении разумной и правильной физиологической нагрузки. Как вариант тренировочного занятия может быть использовано занятие, построенное на одном движении. Структура его построения аналогична предыдущему, но для упражнения в основных движениях отбирается только один из видов (например, лазанье), и дети упражняются в разных его видах: ползании по скамейке, лазании по гимнастической стенке, пролезании в обруч и т.д.

*Занятие, построенное на подвижных играх*, целесообразно использовать для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой, для закрепления движений в новых условиях, для обеспечения положительных эмоций. Вводная часть такого занятия может быть недолгой, т.к. подготовку организма к нагрузкам продолжит игра малой

и средней подвижности. В основную часть могут быть включены игры высокой подвижности, совершенствующие виды движений. Заключительная часть такого занятия должна обеспечить снижение нагрузки.

*Занятия, построенные на музыкально-ритмических движениях*, нравятся детям и успешно применяются для создания бодрого настроения у детей. Вводная часть такого занятия, как правило, состоит из разного вида ходьбы и бега под музыкальное сопровождение, выполнения танцевальных движений. Общеразвивающие упражнения проводятся в виде ритмической гимнастики. Благодаря широкому использованию циклических движений (различные виды ходьбы и бега, упражнения в прыжках и др.) практически на каждом занятии отмечается высокая моторность плотности (80-90 %). Главное - научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения станут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.

**Общие положения (часть, формируемая участниками образовательных отношений)**

Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиций в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоравливающие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма. Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.

## **2.2. Описание образовательной деятельности модуля образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)**

***Способы работы образовательной области «Физическое развитие»***

*Фронтальный способ.* Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

*Поточный способ.* Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

*Групповой способ*. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

*Индивидуальный способ*. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Основные формы организации образовательного процесса**

***Модель двигательного режима***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Формы двигательной деятельности** | **Особенности организации** |
| **1** | ***Физкультурно-оздоровительные занятия*** | |
| 1.1 | Утренняя гимнастика | Ежедневно в зале или на открытом воздухе (6-10 минут) |
| 1.2 | Двигательная разминка во время перерыва между занятиями | Ежедневно  во время перерыва между периодами НОД (10 минут) |
| 1.3 | Физкультминутка | Ежедневно  в середине времени, отведенного на НОД |
| 1.4 | Подвижные игры и физические упражнения на свежем воздухе | Ежедневно  во время прогулки в первой  и второй половине дня |
| 1.5 | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно  во время прогулки |
| **2** | ***Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей*** | |
| 2.1 | НОД по физическому развитию | 3 раза в неделю,  одно из занятий на открытом воздухе |
| **3** | ***Самостоятельная двигательная деятельность детей*** | |
|  | Ежедневно в помещении и на открытом воздухе | |
| **4** | ***Физкультурно-массовые мероприятия*** | |
| 4.1 | Неделя здоровья (каникулы) | 1 раз в год (июнь) |
| 4.2 | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц |
| 4.3 | Физкультурно-спортивный праздник | 2 раза в год |
| **5** | ***Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОО и семьи*** | |
| 5.1 | Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях | В течение периода |
| **6** | ***Дополнительное образование детей*** | |
| 6.1 | Спортивные секции, кружки, танцы | По желанию родителей и детей  не более двух раз в неделю |

**Совместная и самостоятельная деятельность**

**Закаливающие процедуры**

**Профилактические мероприятия**

**Коррекционная работа**

Физкультурные занятия в зале и на воздухе

Утренняя гимнастика

Гимнастика после сна

Физкультминутки

Солнечные ванны

Водой:

* обливание ног с понижением температуры воды;
* обширное умывание;
* полоскание горла;
* мокрая дорожка;
* «Ручеек»

Пальчиковая гимнастика

Воздухом:

* воздушные ванны;
* проветривание помещений;
* прогулка на свежем воздухе;
* сон без маек и при открытых форточках;
* физкультурные занятия в облегченной одежде и босиком.

Оздоровительный бег

Подвижные игры

Дни здоровья

Спортивные праздники, развлечения, досуги

Физиопроцедуры

Вакцинация

Дыхательная гимнастика

Закладывание оксолиновой мази в нос

Фитотерапия

Витаминотерапия

Диагностика физического развития детей

Обследование специалистами детской поликлиники, врачебно-физкультуроного отделения

**Непосредственная образовательная деятельность**

Индивидуальная работа

Самостоятельная двигательная активность

Двигательные разминки

Релаксация

Музыкально-ритмические движения

Психогимнастика

**ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

***Методы физического развития***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наглядный**   * ***Наглядно-зрительные приемы:*** (показ физических упражнения, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) * ***Наглядно-слуховые приемы:*** *(музыка, песни)* * ***Тактильно-мышечные приемы:*** (непосредственная помощь воспитателя) | **Словесный**   * Объяснения, пояснения, указания * Подача команд, распоряжений, сигналов * Вопросы к детям * Образный сюжетный рассказ, беседа * Словесная инструкция | **Практический**   * Повторение упражнений без изменения и с изменениями * Проведение упражнений в игровой форме * Проведение упражнений в соревновательной форме |

***Психологическая безопасность***

* Комфортная организация режимных моментов.
* Оптимальный двигательный режим.
* Правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок.
* Доброжелательный стиль общения взрослого с детьми.
* Целесообразность в применении приемов и методов.
* Использование приемов релаксации в режиме дня.

***Оздоровительная направленность образовательного процесса***

* Учет гигиенических требования.
* Создание условий для оздоровительных режимов.
* Бережное отношение к нервной системе ребенка.
* Учет индивидуальных

***Средства физического развития***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Гигиенические (психогигиенические) факторы*** | ***Естественные силы природы***  ***(солнце, воздух, вода)*** | ***Двигательная активность, физические упражнения*** |
| * Режим занятий, отдыха и сна * Рациональное питание * Гигиена одежды, обуви, помещения, оборудования | Закаливание   * в повседневной жизни * специальные меры закаливания (водные, воздушные, солнечные) | * Гимнастика * Игры * Спортивные упражнения |

***Формы деятельности образовательной области «Физическое развитие»***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Совместная деятельность с педагогом | Самостоятельная деятельность детей | Совместная деятельность с семьёй |
| Интегрированная детская деятельность  Игры  Игровые упражнения | Утренняя гимнастика Подвижные игры НОД по физкультуре  Физкультминутки  Подвижные и спортивные игры и упражнения  Гимнастика после дневного сна Физкультурные досуги Физкультурные праздники Неделя здоровья Индивидуальные занятия с ребёнком | Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения Спортивные игры и упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр. | Утренняя гимнастика Совместные физкультурные досуги и праздники Совместные занятия спортом. Семейный туризм |

***Формы работы***

|  |  |
| --- | --- |
| **Младший дошкольный возраст** | **Старший дошкольный возраст** |
| * Интегративная деятельность * Утренняя гимнастика * Экспериментирование * Упражнение * Ситуативный разговор * Беседа * Рассказ * Чтение * Проблемная ситуация | * Занятия по профилактике плоскостопия * Игровая беседа с элементами движений * Интегративная деятельность * Утренняя гимнастика * Совместная деятельность взрослого и детей * Игра * Контрольно – диагностическая деятельность * Экспериментирование * Физкультурное занятия * Спортивные и физкультурные досуги * Спортивные состязания * Проектная деятельность * Беседа * Рассказ * Чтение * Рассматривание * Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера * Проблемная ситуация |

**Подвижная игра как средство и условие физического развития ребенка**

***Направленность подвижных игр***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Развитие физических возможностей*** | ***Развитие умственных способностей*** | ***Освоение нравственных норм, правил поведения, этических ценностей*** | ***Оздоровительный***  ***эффект подвижных игр*** |
| Упражнение ребенка в различных движениях (беге, прыжках, перелезании, лазании, бросании, ловле, увертывании и др. | * Приобретение навыков действий в соответствии с правилами * Умение осознано действовать в соответствии с меняющейся ситуацией * Активизация памяти, внимания, мышления, вооображения | * Приобретение навыков действия в коллективе (команде), подчинение общим требованиям * Сознательное выполнение правил формирует волю, самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки | * Большое количество движений * Активизация дыхания, кровообращения, обменных процессов * Благотворное влияние на психическую деятельность |

***Классификация подвижных игр***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **По степени подвижности ребенка** | **По видам движений** | **По содержанию** |
| Игры с малой подвижностью  Игры со средней подвижностью  Игры с большой подвижностью | Игры с бегом  Игры с мячом (в том числе с метанием)  Игры с прыжками  Игры с упражнениями на равновесие  Игры с лазаньем и ползаньем | Игры с правилами (сюжетные, не сюжетные, в т.ч. народные)  Спортивные игры (баскетбол, городки, бадминтон) |

***Система закаливающих мероприятий***

Для закаливания детей основные природные факторы используются дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом наличия условий в дошкольном учреждении, со строгим соблюдением рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняются по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Закаливание выполняется при соблюдении принципов: постепенность, последовательность, систематичность, комплексность, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка, положительное отношение детей к закаливающим мероприятиям.

При организации закаливания учитываются основные требования:

* создание позитивного эмоционального настроя;
* учет возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;
* проведение закаливающих воздействий на фоне теплового комфорта ребенка;
* использование в комплексе природных факторов и закаливающих процедур; обеспечение воздействия природных факторов на разные участки тела: различающихся и чередующихся как по силе, так и длительности;
* соблюдение постепенности и увеличение силы воздействия различных факторов и непрерывности мероприятий закаливания (при этом вид и методика закаливания изменятся в зависимости от сезона и погоды);

соблюдение методики выбранного вида закаливания.

***Система закаливания***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вторая группа раннего возраста** | **средняя группа** | **подготовительная группа** |
| * воздушные ванны; * дыхательная гимнастика; * ходьба по массажным дорожкам; * физкультурные занятия в облегченной одежде; * ходьба босиком до и после сна; * массаж, * полоскание рта комнатной водой; * закаливание * обширное умывание; * утренний приём и гимнастика на воздухе в теплый период года; * прогулка; * солнечные ванны; * дозированный бег | * сон без маек и при открытых фрамугах; * воздушные ванны; * дыхательная гимнастика; * ходьба по массажным дорожкам; * физкультурные занятия в облегченной одежде и босиком; * массаж; * ходьба босиком до и после сна; * полоскание рта комнатной водой; * обливание ног с постепенным снижение температуры; * обширное умывание; * утренний приём и гимнастика на воздухе в теплый период года; * прогулка; * солнечные ванны. | * сон без маек и при открытых фрамугах; * воздушные ванны; * дыхательная гимнастика; * ходьба по массажным дорожкам; * физкультурные занятия в облегченной одежде и босиком; * массаж; * ходьба босиком до и после сна; * полоскание рта комнатной водой; * обливание ног с постепенным снижение температуры; * обширное умывание; * утренний приём и гимнастика на воздухе в теплый период года; * прогулка; * солнечные ванны. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Форма закаливания** | **Периодичность** |
| 1 | Утренний прием на воздухе | Апрель-октябрь |
| 2 | Утренняя гимнастика  (в теплое время на открытом воздухе) | Ежедневно |
| 3 | НОД по физическому развитию на открытом воздухе в холодное время года  НОД по физическому развитию на открытом воздухе в теплое время года | 1 раз в неделю  3 раза в неделю |
| 4 | Облегченная одежда при комфортной температуре в помещении | Ежедневно |
| 5 | Одежда по сезону на прогулках | Ежедневно |
| 6 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно |
| 7 | Воздушные ванны | Июнь-июль |
| 8 | Режим проветривания помещения | Ежедневно |
| 9 | Температурно-воздушный режим | Ежедневно |
| 10 | Дневной сон с открытой фрамугой | Ежедневно |
| 11 | Умывание рук, лица прохладной водой | Ежедневно  после приема пищи,  после прогулки, после сна |
| 12 | Игры с водой | Июнь-август |
| 13 | Дозированные солнечные ванны | Июнь-август |
| 14 | Ходьба по корригирующим дорожкам | Ежедневно |
| 15 | Босоногохождение | Ежедневно |

***Формы и методы оздоровления детей***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Формы и методы** | **Содержание** |
| 1 | Обеспечение здорового ритма жизни | * щадящий режим (адаптационный период) * гибкий режим * организация микроклимата психологического комфорта в группе |
| 2 | Физические упражнения | * утренняя гимнастика * физкультурно-оздоровительные занятия * подвижные игры * спортивные игры * занятия в спортивных секциях, кружках |
| 3 | Гигиенические и водные процедуры | * Умывание * Игры с водой |
| 4 | Световоздушные ванны | * Проветривание помещений * Сон при открытых формочках * Прогулка на свежем воздухе * Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха * Увлажнение воздуха |
| 5 | Активный отдых | * Развлечения, праздники * Неделя здоровья * Каникулы |
| 6 | Диетотерапия | * Индивидуальное питание (по показаниям врача) |
| 8 | Закаливание | * Умывание прохладной водой |
| 9 | Стимулирующая терапия | * Витаминизация третьего блюда * Второй завтрак (соки, фрукты) |
| 10 | Пропаганда здорового образа жизни | * Консультации, беседы, информационные листы |

**КОМПЛЕКСНАЯ СИСТЕМА МЕРОПРИЯТИЙ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ**

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ**

**НАПРАВЛЕНИЕ**

**КОРРЕКЦИОННОЕ**

**НАПРАВЛЕНИЕ**

**ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ**

**НАПРАВЛЕНИЕ**

**ПСИХО – ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ**

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ**

**НАПРАВЛЕНИЕ**

* Регулярный осмотр старшей медицинской сестрой.
* Диагностика двигательного развития.
* Диагностика физического развития.
* Диагностика физической подготовленности (по нормативам).
* Осмотр детей педиатром после перенесенного заболевания с назначением оздоровительных мероприятий.
* Утренняя гимнастика.
* Артик.гимнастика.
* Пальч. гимнастика.
* Дых.гимнастика.
* Непосредственная образовательная деятельность.
* Физкультурные досуги, забавы.
* Физкультминутки
* Двигат. разминки.
* Музыкально-ритмические движения (как часть занятия).
* Подвижные игры (разные виды).
* Физ. упражнения.
* Спорт.упражнения.
* Гимнастика после сна
* Физ. праздники.
* Дни здоровья.
* Уроки Здоровья (познавательно-оздоровительные занятия)
* Формы совместной деятельности:
* игровые ситуации
* игры
* беседы
* чтение художественной литературы
* рисование
* развлечения
* минутки здоровья
* Закаливание.
* Оздоровительные мероприятия.
* Медикаментозные.
* Нетрадиционные.
* Ритмопластика.
* Динамические паузы.
* Релаксация.
* Различные гимнастики.
* Самомассаж.
* Витаминотерапия
* Рациональный режим дня.
* Коррекция опорно-двигательного аппарата.
* Профилактика плоскостопия.
* Формирование навыка правильной осанки
* Коррекция речи.
* Благоприятный психологический климат (традиции, праздники, развлечения).
* Минутки тишины.
* Релаксация.
* Музыкотерапия
* Стиль общения.
* Технология музыкального воздействия.
* Сказкотерапия.

**КОНСУЛЬТАТИВНО – ИНФОРМАЦИОННАЯ РАБОТА**

* Родительские собрания.
* Консультации.
* Посещение семей.
* Выставки, фотовыставки.
* Дни открытых дверей.
* Совместные мероприятия
* Анкетирование

**МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ**

**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

***Модуль образовательной деятельности по физическому развитию в соответствии с возрастными особенностями развития ребенка***

***2-3 года***

***Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений***

***Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)***

**Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

**Упражнения в равновесии.** Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

**Бег.** Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

**Катание, бросание, метание.** Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

**Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника**. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.**

Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

**Подвижные игры**

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Заинька», «Флажок».

***5 лет***

**По становлению мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:**

- поддерживать интерес и самостоятельность в двигательной деятельности, её различных формах; активизировать

творчество детей (Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое развитие);

- создавать условия для самостоятельной активности детей с использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице (Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое

развитие).

**По накоплению и обогащению двигательного опыта (развитию основных движений), воспитанию культуры движений:**

- продолжать учить выполнять пропедевтические упражнения для овладения ходьбой, бегом, прыжками, метанием,

лазанием, равновесием. ориентировкой в пространстве, координацией движений (Познавательное развитие);

- совершенствовать двигательные умения и навыки; развивать умения их самостоятельного применения и использования детьми (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

- развивать умения согласованно ходить, бегать, соблюдая красоту, лёгкость и грацию движений, демонстрируя пластичность и выразительность, свои двигательные возможности (Художественно-эстетическое развитие, Социально-коммуникативное развитие);

- осваивать различные варианты ползания и лазанья, прыжков, метания и бросания предметов вдаль, ловли, технику выполнения движения;

- продолжать учить строиться в шеренгу, круг; находить свое место при построениях с использованием ориентиров (Познавательное развитие);

- продолжать формировать правильную осанку (Социально-коммуникативное развитие);

- обогащать опыт подвижных игр у детей; развивать детскую самостоятельность в них, инициативность (Социально-коммуникативное развитие).

**По развитию физических качеств: ориентации в пространстве, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости;**

- учить выполнять движения глазами для развития зрительно-двигательной ориентации (прослеживание, сосредоточение);

**По развитию интереса к спортивным играм и упражнениям:**

- расширять кругозор детей в области спортивных игр; обогащать представления об их разнообразии и пользе (Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие);

- учить катанию на трехколесном велосипеде, ходьбе на лыжах (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

- развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности, умения сотрудничать и помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх (Социально-коммуникативное развитие);

- воспитывать стремление действовать по правилам, соблюдать их.

**По формированию первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни:**

-развивать и закреплять представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом), особенностях его здоровья, правилах здоровьесообразного поведения в обществе; формировать умения элементарно описывать своё самочувствие, привлекать внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания (Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие);

-обогащать представления об алгоритме процессов умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы (Познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие);

-способствовать становлению всё более устойчивого интереса к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения, развитию самостоятельности детей (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

-воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья;

-развивать умение самостоятельно переносить в игру правила здоровьесберегающего и безопасного поведения (Социально-коммуникативное развитие).

***Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений***

***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

**Основные движения**

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен,

мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое

(парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см),по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове,

ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук.

Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со

сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней

скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.

Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезания под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно).

Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяч друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и

одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза

подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не

менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота

центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и цикличных движений под музыку.

**Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к

спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать

кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног.

Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь).

Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на

коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед

руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног. Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

**Спортивные упражнения**

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием.

Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

**Подвижные игры**

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

**7 лет**

**По становлению мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:**

-поддерживать и поощрять ежедневную двигательную активность детей;

-воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарём, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием (Художественно- эстетическое развитие).

**По накоплению и обогащению двигательного опыта (развитию основных движений), воспитанию культуры движений:**

-побуждать к самостоятельной двигательной активности; создавать для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулки, в семье;

-продолжать совершенствовать культуру движений, технику их выполнения;

-способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки; развивать качество навыков и качество движений;

-совершенствовать основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие, художественноэстетическое развитие);

-совершенствовать технику выполнения основных движений, спортивных упражнений (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

-учить перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом; расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в другую; равнение в колонне, шеренге, в кругу (Познавательное развитие);

-продолжать учить самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, организовывать игры-соревнования,

- оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании новых, развивать творчество (Социально-коммуникативное развитие).

**По развитию физических качеств:**

-поддерживать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

-закреплять навыки выполнения движений глазами для развития зрительно-двигательной ориентации (прослеживание, сосредоточение), для снятия зрительного утомления, для совершенствования центрального и периферического зрения (Физическое развитие, Познавательное развитие).

**По развитию интереса к спортивным играм и упражнениям:**

-углублять интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие); -воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на олимпиадах (Социальнокоммуникативное развитие);

-продолжать обучать играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др. (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

-продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценку, уверенность в своих силах, двигательное творчество (Социально-коммуникативное развитие);

-поддерживать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности; активно развивать их средствами данной деятельности (Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие). По формированию культурно-гигиенических навыков:

-воспитывать у детей привычку к чистоте и порядку, потребность своевременно устранять небрежность во внешнем виде, своевременной стирке личных вещей (носовых платков, лент, мешочков для спортивной формы, носков) (Художественно-эстетическое развитие, Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие)

-развивать умения самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены; определять состояние своего здоровья (здоров или болен), а также состояние здоровья окружающих; называть и показывать, что именно болит, какая часть тела (Художественно-эстетическое развитие, Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

-совершенствовать культуру приёма пищи (Художественно-эстетическое развитие, Социально-коммуникативное развитие); -развивать умение и потребность самостоятельно выполнять утреннюю гимнастику, закаливающие процедуры (Физическое развитие).

**По формированию первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни:**

-развивать представления о внешних и внутренних особенностях строения тела человека; правилах здоровья (режим дня, питание, сон, прогулка, культурно-гигиенические умения и навыки, навыки самообслуживания, занятия физкультурой и профилактика болезней); о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое развитие)

-о безопасном поведении в быту, на улице, в природе, в обществе; иметь представление о правилах безопасного использования бытовой техники (Художественно-эстетическое развитие, Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие)

***Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений***

***Подготовительная к школе группа (6-7 лет)***

**Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприсяде. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

**Бег.** Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подрезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнасти- 43 ческой стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезание с пролета на пролет по диагонали.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

**Бросание, ловля, метание.** Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель. Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первыйвторой» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

**Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками 44 (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

**Спортивные упражнения**

**Катание на санках.** Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

**Скольжение.** Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки. Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двушажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить. Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др. Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате. Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

**Спортивные игры** Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения. Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры. Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

**Подвижные игры**

**С бегом**. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

**С прыжками.** «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву». С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

**С ползанием и лазаньем.** «Перелет птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования**. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!», лапта.

**Описание образовательной деятельности модуля образовательной области «Физическое развитие»**

**(часть формируемая участниками образовательных отношений)**

***Младший дошкольный возраст (возраст: 3-5 лет)***

Образовательная область «Физическое развитие»

1. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.

2. Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнения народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.

3. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.

4. Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.

5. Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о ,правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.

6. Поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.

7. Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

***Старший дошкольный возраст (возраст: 6-7 лет)***

1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.

2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.

3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.

4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условиях.

***Содержание образовательной работы с детьми младшего дошкольного возраста (возраст: 3-5 лет)***

***Решение образовательных задач предусматривает:***

- учет функциональных и адаптационных возможностей ребенка;

- удовлетворение биологической потребности ребенка в движении;

- поддержку интереса ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;

- корректировку движения и осанки каждого ребенка, который в этом нуждается;

- использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);

- варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;

- развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;

- упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

***Формы совместной образовательной деятельности с детьми:***

- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;

- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;

- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);

- обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;

- подвижные игры народов Урала; - устное народное творчество;

- ходьба на лыжах;

- катание на коньках;

- катание на санках;

- скольжение;

- элементы спортивных игр;

Подвижные игры применяются на физкультурных занятиях, на прогулке, спортивных праздниках и соревнованиях, в свободной деятельности.

***Содержание образовательной работы с детьми старшего дошкольного возраста (возраст: 6-7 лет)***

***Задачи воспитания и обучения:***

***Решение образовательных задач предусматривает:***

- учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;

- создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и актив­ности детей в здоровьесберегающем поведении;

- обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;

- показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;

- ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;

- использование авторских и народных (традиционных) детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, игрищах, спортивных игровых соревнованиях;

- расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;

- стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;

- использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;

- включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;

- включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;

- обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;

- обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;

- упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;

- обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;

- интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности.

**Формы совместной образовательной деятельности с детьми:**

- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;

- выставки дет­ских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;

- стихи, пословицы, поговорки о здоро­вье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;

- создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;

- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о пра­вилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помо­щи в случае травмы;

- создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позво­ляющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;

- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортив­ная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопас­ная улица» и др.);

- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматрива­ние картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных пре­зентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спорт­сменах родного города (села), края;

***-***обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

- рассматривание детских фотографий родителей, бабу­шек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;

***-***подвижные игры народов Урала;

- устное народное творчество;

- краткосрочные, длительные проекты.

## **2.3. Взаимодействие взрослых с детьми**

***Взаимодействие с педагогами***

*Взаимодействие с воспитателями*

Инструктор по физической культуре оказывает помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей. Руководящую роль на занятии занимает инструктор, но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Воспитатель является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). Вместе с воспитателями инструктор привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

*Взаимодействие с музыкальным руководителем*

Совместно с музыкальным руководителем проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения.

*Взаимодействие с учителем – логопедом*

В последние годы, к сожалению, отмечается увеличение количества дошкольников, имеющих нарушение речи. Дети с ОНР характеризуются нарушением моторики, дискоординацией движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве. В связи с этим задача инструктора по физической культуре помочь учителю-логопеду в обучении детей, используя на физкультурных занятиях логоритмические и коррекционные упражнения. Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми являются упражнения, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения.

***Виды деятельности детей (культурные практики)***

Для *личностно-порождающего взаимодействия* характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

*Личностно-порождающее взаимодействие способствует* формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок*.* Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Предполагает индивидуальную, подгрупповую, фронтальную формы работы с воспитанниками.

Детские виды деятельности могут быть организованы как совместная деятельность педагога с детьми, так и самостоятельные формы активности ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды деятельности*:*** | |
| *Двигательная* | Форма работы с детьми: Подвижные игры с правилами. Подвижные дидактические игры. Игровые упражне­ния. Соревнования. Игровые ситуации. Досуг. Ритмика. Аэробика, детский фитнес. Спортивные игры и упражнения. Аттракционы. Спортивные праздники. Гимнастика (утренняя и пробуждения). Организация плавания. |
| *Игровая* | Форма работы с детьми: Сюжетные игры. Игры с правилами. Создание игровой ситуации по режимным мо­ментам, с использованием литературного произведения. Игры с речевым сопровожде­нием. Пальчиковые игры. Театрализованные игры. |

***Способы и направления поддержки детской инициативы:***

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации ребёнка, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае — помочь ребёнку определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, ребёнок в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой — педагог может решить собственно педагогические задачи.

Уникальная природа ребёнка дошкольного возраста может быть охарактеризована как **деятельностная**. Включаясь в разные виды деятельности, ребёнок стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив.

В развитии детской инициативы и самостоятельности важно:

• развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;

• создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;

• постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;

• тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;

• ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. Необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;

• «дозировать» помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае.

• поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

• поощрять познавательную активность каждого ребенка, развивать стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов.

• проявлять внимание к вопросам детей, побуждать и поощрять их познавательную активность, создавая ситуации самостоятельного поиска решения возникающих проблем.

• поддерживать стремление к положительным поступкам, способствовать становлению положительной самооценки, которой ребенок начинает дорожить.

• получать возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве (имитации, подражание образам животных, танцевальные импровизации и т. п.).

• специально насыщать жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы;

• создавать различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, совместно найти правильное решение проблемы

• создавать ситуации, в которых дошкольники приобретают опыт дружеского общения, внимания к окружающим;

• создавать ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними все более сложные задачи, развивает волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений

• показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

Все виды деятельности, предусмотренные РП, используются в равной степени и моделируются в соответствии с теми задачами, которые реализует педагог в совместной деятельности, в режимных моментах и др. Воспитателю важно владеть *способами поддержки детской инициативы.*

## **2.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников**

Цель взаимодействия с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка – это непосредственное вовлечение их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи. Детский сад должен создавать возможности (**ФГОС** ДО п. 3.2.8.):

1. для предоставления информации о Программе семье и всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

2. для взрослых по поиску, использованию материалов, обеспечивающих реализацию Программы, в том числе в информационной среде;

3. для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Программы.

***Принципы взаимодействия ДОУ с родителями:***

**-** единый подход к процессу воспитания ребенка;

- открытость дошкольного учреждения для родителей;

- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;

- уважение и доброжелательность друг к другу;

- дифференцированный подход к каждой семье;

- равно ответственность родителей и педагогов.

Основные формы взаимодействия с семьей:

- знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей;

- информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и

групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на

спортивные праздники, создание памяток;

- совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных праздников, прогулок, экскурсий, к

участию в детской исследовательской и проектной деятельности

- познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

- помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на

улице.

- предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.

- развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах игровой деятельности.

- способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитие положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей со способами развития самоконтроля и воспитания ответственности за свои действия и поступки.

- объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка;

- помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка;

- ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов;

- знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду;

- разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников;

- ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту;

привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат);

- информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах

их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач;

- знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности;

- привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях,

организуемых в детском саду, городе.

# **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

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

Развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

**1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми**.

**2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности.**

**3. Формирование игры** как важнейшего фактора развития ребенка.

**4. Создание развивающей образовательной среды.**

**5. Сбалансированность репродуктивной** (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности.**

**6. Участие семьи** как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

**7. Профессиональное развитие педагогов.**

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа 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.

## **3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды (обязательная часть)**

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством, материалами, оборудованием, электронными образовательными ресурсами и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, предоставляющими возможность учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

1. *содержательно-насыщенной*;
2. *трансформируемой*;
3. *полифункциональной*;
4. *доступной*;
5. *безопасной*.

***Развивающая предметно-пространственная среда музыкального (физкультурного) зала***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Критерии*** | ***Описание ППРС*** |
| ***Безопасность*** | РППС безопасна для физического здоровья и отвечает требованиям СанПин 2.4.1.3049-13 (закреплена, маркеровка, гигиеническая обработка) |
| Оборудование и игрушки изготовлены из безопасных материалов |
| Имеют возрастную адресованность: все материалы и оборудование подобраны с учетом возраста требований СанПинн и ООП |
| |  | | --- | | РППС ограждает детей от отрицательных эмоций, проявления страха, неуверенности, беспокойства:  Создана благоприятная обстановка, визуальный психологический комфорт. Все представленные материалы и оборудование не вызывают проявления страха, тревожности, беспокойства у детей; имеются | |
| Не провоцирует на агрессивные действия, насилие, проявление жестокости.  Отсутствуют игровой материал, вызывающий про-явления жестокости и агрессии. |
| Учет «зоны ближайшего развития»  **Материалы, игры, пособия для различного уровня развития детей группы** |
| Физическое развитие  РППС оснащена атрибутами и пособиями для двигательной активности детей, в том числе и авторскими, позволяющими развивать физические качества и двигательные навыки у детей, способствовать предупреждению и преодолению вторичных отклонений в физическом развитии детей со зрительной патологией. |
| *Соответствие возрастным особенностям* | Учет возрастных особенностей при наполнении развивающей среды играми, инструментами и атрибутами :  зале представлены материалы и атрибуты для каждой возрастной группы.  - Соответствие росто – возрастных характеристик параметрам развивающей среды (все материалы доступны, расположены на уровне роста детей) |
| *Содержательно-насыщенная* | Средства обучения, материалы, инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, обеспечивают игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей |
| *Трансформируемая* | Возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;  Среда доступна для детей со сложными сочетанными диагнозами; легко трансформируются (скамейки, ширмы, модули); имеется возможность конструирования сценического, театрально- музыкального действия. Достаточно оснащена необходимым материалами, дидактическими и развивающими играми и игрушками, коррекционными пособиями. |
| *Доступная* | Обеспечение доступности и гибкости зонирования :  Свободный доступ воспитанников к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; |
| *Полифункциональная* | Обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих РППС (в разных видах детской активности. |

***Характеристика развивающей предметно-пространственной среды в МБДОУ***

|  |  |
| --- | --- |
| **Характеристика** | **Содержание** |
| Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Рабочей программы. | Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:  • игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами;  • двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;  • эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;  • возможность самовыражения детей. Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами. |
| Трансформируемость пространства | Дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей. |
| Полифункциональность материалов | Позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре). Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей. |
| Вариативность среды | Позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей |
| Доступность среды | Создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования. |
| Безопасность | Обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования. |

**Организация развивающей предметно-пространственной среды (часть, формируемая участниками образовательных отношений)**

Предметно-пространственная среда должна обеспечивать:

1. Возможность реализации сразу нескольких видов интересов детей.

2. Многофункциональность использования элементов среды и возможность её преобразования в целом.

3. Доступность, разнообразие автодидактических пособий (с возможностью самоконтроля действий ребёнка).

4. Наличие интерактивных пособий, сделанных детьми, педагогами и родителями.

5. Использование интерактивных форм и методов работы с детьми, позволяющих «оживить» среду, сделать её интерактивной.

Наиболее педагогически ценными для реализации примерной основной образовательной программы дошкольного образования являются материалы и игрушки, обладающие следующими качествами:

- *полифункциональностью.* Игрушки и материалы могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры и других видов детских деятельностей. Тем самым способствуя развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления и др.;

- *вариативностью.* Предметная развивающая среда должна отвечать принципу вариативности, определяющимся содержанием воспитания, национально-культурными и художественными традициями, климатогеографическими и географическими особенностям.

- *принадлежностью к изделиям художественных промыслов Урала*. Игрушки, сувениры должны являться средством художественно-эстетического развития ребенка, приобщать его к миру народно-прикладного искусства и знакомить его с народным художественным творчеством Урала.

- *образно-символичностью*. Группа образно-символического материала должна быть представлена специальными наглядными пособиями, репрезентирующими детям мир вещей и событий прошлого и настоящего родного города (села), края.

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Такой материал должен предоставлять возможность играть в подвижные игры народов Урала, обеспечивать возможность осваивать спортивные игры Среднего Урала.

**3.3. Кадровые условия реализации РП**

Организация укомплектована квалифицированными кадрами, в т. ч. руководящими, педагогическими, учебно-вспомогательными, административно-хозяйственными работниками согласно Единому квалификационному справочнику должностей руководителей, специалистов и служащих:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Должность | Количество человек | Образование | Квалификация | Категория | КПК |
| Педагогический состав: | | | | | |
| инструктор по физической культуре | 1 | среднее профессиональное | Воспитатель детского сада | н/а | **2018 год:**  "Современные технологии работы в условиях реализации ФГОС ДОУ" (24 час.) с 18.10.2018 г. по 20.10.2018 г., ГАОУ ДО СО "Институт развития образования". |

**3.4. Материально-техническое обеспечение РП (обязательная часть)**

**Спортивный зал оснащен современным спортивно-игровым и музыкальным оборудованием.**

**Характеристика музыкального /спортивного зала** Общая площадь спортивного зала составляет:121, 6м.кв. имеет покрытие - линолеум. Окна зала не защищены специальной сеткой. Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям техники безопасности и соответствует требованиям СанПиН. Гимнастическая стенка надежно закреплены. Ежегодно проводятся испытания оборудования и составляются соответствующие акты.

В групповых помещениях есть двигательные центры, оборудованные спортивным инвентарем. На территории расположены 3 отдельных игровых участков для 3 групп, на 2 из которых размещены прогулочные веранды, детское игровое оборудование для детей. Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги **и праздники).**

**Оборудование физкультурного зала**

***Материалы и оборудование для ходьбы, бега и равновесия***

| Наименование | Размеры, масса | Кол-во |
| --- | --- | --- |
| Скамейка гимнастическая | 300х24х25,30,40 см | 1 шт. |
| Скамейка гимнастическая | 200х22х26 см | 1 шт. |
| Доска с ребристой поверхностью | Длина 150 см Ш 20 см В 3 см | 1 шт. |

***Материалы и оборудование для прыжков***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Размеры, масса | Кол-во |
| Мат гимнастический | 200х100х7 см | 2 шт. |
| Скакалки |  | 8 шт. |

***Материалы и оборудование для катания, бросания и ловли***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Размеры, масса | Кол-во |
| Кегли |  | 18 шт. |
| Мешочек с песком | Масса 150-200 г | 6 шт. |
| Мяч средний | 10-12 см | 11 шт. |
| Мяч резиновый | Диаметр 15 см | 7 шт. |
| Мяч малый резиновый |  | 2 шт. |
| Мягкие мячи |  | 26 шт. |
| Мяч волейбольный |  | 1 шт. |
| Мяч баскетбольный |  | 1 шт. |
| Мячи пластмассовые |  | 14 шт. |
| Набор бадминтон |  | 3 шт. |

***Материалы и оборудование для ползания и лазания***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Размеры, масса | Кол-во |
| Шведская стенка | 245 см Ширина пролета 75см | 2 шт. |
| Дуга малая | 40х50 см | 6 шт. |
| Канат гладкий | 300 см | 1 шт. |

***Материалы и оборудование для общеразвивающих упражнений***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Размеры, масса | Кол-во |
| Обручи | Маленькие, средние, большие | 10 шт. |
| Палка гимнастическая | Длина 75-80 см | 20 шт. |
| Палка гимнастическая с лентами |  | 2 шт. |
| Флажки |  | 36 шт. |
| Веревки, шнуры |  | 23 шт. |
| Лунки |  | 6 шт. |
| Клюшки |  | 3 шт. |
| Кубики |  | 11 шт. |
| Боксерские перчатки |  | 1 шт. |

**Материально-техническое обеспечение РП (часть, формируемая участниками образовательных отношений)**

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Такой материал должен предоставлять возможность играть в подвижные игры народов Урала, обеспечивать возможность осваивать спортивные игры Среднего Урала.

|  |  |
| --- | --- |
| **Центры физического развития и здоровья** | |
| Младший дошкольный возраст | Старший дошкольный возраст |
| Алгоритмы и пиктограммы гигиенических процедур, одевания и раздевания.  Выставки рисунков, коллективных коллажей.  Аппликация о правильном питании.  Музыкальный центр с дисками «Радуга звуков», «Живой уголок леса», «Шум моря». | Алгоритмы, пиктограммы умывания, одевания и раздевания.  Выставки рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании.  Интерактивные пособия «Витамины»; «Чистота - залог здоровья»; «Тайны здоровья»; «Лекарственные травы».  Схемы - тренажеры зрительных траекторий.  Музыкальный центр с дисками «Радуга звуков», «Уголок леса», «Шум моря».  Коллаж «Мы спортсмены».  Пиктограммы и схемы проведения подвижных игр.   |  | | --- | | Иллюстрации, фотографии знаменитых спортсменов, спортивных команд края, моего города (села). | |

## **3.5. Методическое обеспечение РП (обязательная часть)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область «Физическое развитие»** | |
| ***Методические материалы*** | * От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М., 2014 * Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М., 2015 * Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М., 2004 * Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М., 2014 * Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду. Средняя группа – М., 2014 * Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. – М., 2015 * Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. – М., 2014 * Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М., 2017 |
| ***Средства обучения*** | **Серия «Рассказы по картинкам»:** Зимние виды спорта, Летние виды спорта  **Картотека подвижных игр** |

**Методическое обеспечение Рабочей программы в части, формируемой участниками образовательных отношений:**

Образовательная область «Физическое развитие»

Толстикова О.В., Савельева О.В. Мы живем на Урале: образовательная программа с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г. –102

**3.6. Финансовые условия реализации РП**

Финансовое обеспечение реализации образовательной программы дошкольного образования бюджетного учреждения осуществляется на основании муниципального задания и исходя из установленных расходных обязательств, обеспечиваемых предоставляемой субсидией.

Норматив затрат на реализацию образовательной программы дошкольного общего образования – гарантированный минимально допустимый объем финансовых средств в год в расчете на одного воспитанника по программе дошкольного образования, необходимый для реализации образовательной программы дошкольного образования, включая:

расходы на оплату труда работников, реализующих образовательную программу дошкольного общего образования;

расходы на приобретение учебных и методических пособий, средств обучения, игр, игрушек.

**3.7. Планирование образовательной деятельности**.

Структура занятий по физической культуре в физкультурно-музыкальном зале В каждой возрастной группе занятия по физической культуре проводятся 2 раза в неделю в музыкальном/физкультурном зале или групповом помещении (в зависимости от расписания). Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья

В каждой возрастной группе занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю в музыкальном/физкультурном зале или групповом помещении или на улице (в зависимости от расписания). Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

***Продолжительность занятия по физической культуре в зале:***

10 минут – вторая группа раннего возраста;

20 минут - средняя группа;

30 минут - подготовительная к школе группа.

*Из них вводная часть (построение, беседа вопрос-ответ «О здоровом образе жизни»):*

1 минута – вторая группа раннего возраста,

2 минуты - средняя группа,

4 минуты - подготовительная к школе группа.

*Разминка:*

1 минута – вторая группа раннего возраста,

2 минуты - средняя группа,

4 минуты - подготовительная к школе группа.

*Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):*

7 минут – вторая группа раннего развития,

15 минут - средняя группа,

19 минут - подготовительная к школе группа.

*Заключительная часть (игра малой подвижности):*

1 минута – вторая группа раннего развития, средняя группа,

3 минуты - подготовительная к школе группа.

***Структура занятий по физической культуре на свежем воздухе***

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

Продолжительность занятия по физической культуре на свежем воздухе:

до 10 минут – вторая группа раннего возраста;

20 минут - средняя группа;

30 минут - подготовительная к школе группа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, в соответствиях с требованиями СанПина.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Группа*** | ***Возраст*** | ***Длительность занятия***  ***(минут)*** |
| Вторая группа раннего развития | с 2 до 3 лет | 10 |
| Старшая | с 4 до 5 лет | 20 |
| Подготовительная к школе группа | с 6 до 7 лет | 30 |

**Учебно-тематический план рабочей программы**

Подбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей. Занятия по физической культуре – самая эффективная школа обучения движениям:

- маленьким детям они должны доставлять удовлетворение;

- в среднем возрасте – развивать физические качества;

- в старшем возрасте – формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

Комплексно-тематическое планирование позволяет осуществить интеграцию разнообразного содержания, разных форм работы. Образовательный процесс учитывает контингент воспитанников, их индивидуальные и возрастные особенности. Тематическое планирование

***Типы физкультурных занятий***

|  |  |
| --- | --- |
| Название | Кол-во в месяц |
| 1. Классические | - 60% всех занятий |
| 2. Занятия на улице | - 4 занятия |
| **Нетрадиционные** | |
| Сюжетное | 1 раз в месяц- построено на одном сюжете (цирк, зоопарк, космонавты, путешественники, едем на машине и т.д.), сказке, рассказе; - решаются задачи совершенствования двигательных умений и навыков. |
| Игровое (из подвижных игр) | - 1 раз в месяц (с использованием игр: народные подвижные игры, игровые упражнения, игры- соревнования и т.д.) |
| Предметное | 1раз в месяц - построено на обыгрывании двигательных действий с одним пособием (обручем, мячом, скакалкой) |

Планирование образовательной деятельности

Подбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей. Занятия по физической

культуре – самая эффективная школа обучения движениям:

- маленьким детям они должны доставлять удовлетворение;

- в среднем возрасте – развивать физические качества;

- в старшем возрасте – формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности, поддерживать интерес

к физической культуре и спорту.

***Примерное тематическое планирование работы с детьми (обязательная часть)***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **СЕНТЯБРЬ** | | | | |
| **Содержание непосредственной образовательной деятельности**  **Вторая группа раннего возраста** | | | | |
| **Задачи:**   * Побуждать детей к двигательной активности. * Фор­мировать умение сохранять устойчивое положение тела. * Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с флажками) | | | **Комплекс ОРУ №2** (со скамейкой) | |
| 1. «Покажи флажки»   И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с флажками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать флажки, вернуться в и. п.  Повторить 3 раза.   1. «Положи флажки»   И. п. — стоя, ноги вместе, руки с флажками вперед.  Присесть, положить флажки на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять флажки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.   1. «Спрячь флажки» (вариант упражнения «Положи флажки»)   И. п. — стоя, ноги вместе, руки с флажками в стороны.  Присесть, положить флажки на пол позади себя, вернуться в и. п. Присесть, взять флажки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.   1. «Дотянись»   И.п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с флажками в стороны. Наклониться вперед, коснуться флажками пальцев ног, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.   1. «Попрыгай»   И. п. — ноги слегка расставлены, руки с флажками вверх.  Прыжки на двух ногах на месте, чередуя с ходьбой.  Повторить 4—5 раз.   1. «Ходьба»   Ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 10 секунд. | | | 1. И.п. — сидя на скамейке, руки на коленях.   Поднять руки через стороны вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.   1. И. п. — сидя на скамейке, руками держась за сиденье.   Поочередно поднимать ноги.  Повторить по 4 раза.   1. И. п. — стоя за скамейкой, руки внизу.   Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.   1. И. п. — стоя около скамейки, руки за спиной.   Прыгать на двух ногах около скамейки, чередуя с ходьбой вокруг скамейки.  Повторить 3—4 раза.   1. И.п. — стоя перед скамейкой, ноги вместе.   Присесть на скамейку, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.   1. Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба, не наталкиваясь  Бег за воспитателем | | Ходьба «Стайкой» за воспитателем.  Бег От воспитателя. | Ходьба, не наталкиваясь  Бег за воспитателем |
| **ОРУ** | **С флажками** | **С флажками** | **Со скамейкой** | **Со скамейкой** |
| **ОВД** | 1. Прыжки на двух ногах на месте;   Проползание заданного расстояния;  Скатывание мяча с горки.   1. Проползание заданного расстояния до предмета;   Прыжки на двух ногах на месте с хлопками;  Катание мяча в паре с воспитателем. | 1. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед;   Проползание заданного расстояния (от игрушки к игрушке);  Катание мяча двумя руками воспитателю.   1. Проползание в вертикально стоящий обруч;   Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  Катание шаров двумя руками друг другу. | 1. Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;   Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.   1. Проползание в воротца;   Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;  Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю | 1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;   Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца;  Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.   1. Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед;   Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. |
| **И/У** | «Идите (бегите) ко мне» (по сигналу (хлопок в ладоши) — бежать к педагогу, по сигналу (звенит колокольчик) — от педагога). | «К мишке в гости» (доползти до мишки, убежать от мишки). | 1. «К лисичке в гости» (прыгать, продвигаясь вперед, до лисички, уползти от лисички). 2. «К мишке в гости» (проползти в воротца в направлении к мишке, убежать от мишки). | 1. «Собери колечки» (по сигналу дети собирают колечки в корзину) 2. «Идите (бегите) ко мне» (по сигналу (хлопок в ладоши) — к педагогу, по сигналу (звенит колокольчик) — от педагога). |
|  |  |  |  |  |
| **Октябрь** | | | | |
| **Задачи:**   * Способствовать психофизическому развитию детей. * Формировать умение ориентироваться в пространстве.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с платочками) | | | **Комплекс ОРУ №2** (со стульчиком) | |
| «Покажи платочки»  И.п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с платочками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать платочки, вернуться в и. п.  Повторить 3 раза.  «Спрячь платочки»  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с платочками вверх.  Присесть, положить платочки на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять платочки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «помаши платочками» (вариант упражнения «Спрячь платочки»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с платочками в стороны.  Присесть, положить платочки на пол перед собой, вернуться в и. п. Присесть, взять платочки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с платочками за спиной. Наклониться вперед, коснуться платочками пальцев ног, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.  «Попрыгунчик»  И.п. — ноги слегка расставлены, руки с платочками разведены в стороны. Прыгать на двух ногах на месте, помахивая платочками, чередуя с ходьбой.  Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | | | Упражнение 1  И.п. — сидя на стуле, руки в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2 (вариант упражнения 1)  И. п. — стоя перед стулом, ноги вместе, руки в стороны.  Присесть на стул, руки вперед, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 3  И. п. — сидя на стуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и.п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 4  И. п. — стоя за стулом, держась за спинку.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около стула, руки внизу.  Прыгать на двух ногах вокруг стула, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • «Стайкой» за воспитателем.  Бег  • От воспитателя. | Ходьба  • С согласованными, свободными движениями рук и ног.  Бег  • От воспитателя, в различных направлениях | Ходьба «Стайкой» за воспитателем.  Бег От воспитателя. | ходьба  • С согласованными, свободными движениями рук и ног.  Бег  • В различных направлениях**.** |
| **ОРУ** | **С платочками** | **С платочками** | **Со стульчиком** | **Со стульчиком** |
| **ОВД** | • Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Подползание под веревку;  • Прокатывание мяча одной и двумя руками.  • Подползание под дугу;  • Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук  ребенка;  • Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | • Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка;  • Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним;  • Подлезание под веревку.  • Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом. | • Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;  • Подползание под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой;  • Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.  • Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед;  • Подползание под скамейку;  • Прокатывание мяча под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой). | • Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед;  • Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.  • Проползание в вертикально стоящий обруч;  • Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. |
| **И/У** | «Собери колечки» (по сигналу колокольчика дети собирают колечки в корзину).  «Собери пирамидку» (дети собирают кольца большой пирамиды, нанизывают на основание). | «Доползи до игрушки» (доползти с подлезанием под веревку, захватить игрушку).  «К мишке в гости» (проползти в вертикально стоящий обруч в направлении к мишке, прыгать на двух ногах с хлопками от мишки). | «Доползи до игрушки» (доползти с подлезанием под веревку, захватить игрушку).  • «Собери комочки» (дети ползут, захватывая тканевые комочки, собирают их в корзину). | • «Собери пирамидку» (дети собирают кольца большой пирамиды, нанизывают на основание). |
| **Ноябрь** | | | | |
| **Задачи:**   * Воспитывать умение действовать самостоятельно. * Формировать основные жизненно важные движения. * Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. * Обеспечивать закаливание организма детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с кубиками) | | | **Комплекс ОРУ №2** (на мягких модулях) | |
| «Покажи кубики»  И.п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с кубиками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать кубики, вернуться в и. п.  Повторить 3 раза.  «Спрячь кубики»  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками вверх.  Присесть, положить кубики на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять кубики, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Не урони кубики» (вариант упражнения «Спрячь кубики»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками вверх.  Присесть, удерживая кубики над собой, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с кубиками за спиной. Наклониться вперед, коснуться кубиками пальцев ног, вернуться в и.п. Повторить 3—4 раза.  «Попрыгай»  И. п. — ноги слегка расставлены, руки с кубиками в стороны. Прыгать на двух ногах на месте, не роняя кубики, чередуя прыжки с ходьбой.  Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10—15 секунд. | | | Упражнение 1  И. п. — сидя на модуле, руки в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и.п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на модуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и. п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И. п. — стоя за модулем, руки за спиной.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 4 (вариант упражнения 3)  И.п. — стоя перед модулем, ноги вместе, руки в стороны.  Присесть на модуль, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5  И.п, — стоя около модуля, руки внизу.  Прыгать на двух ногах вокруг модуля, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражне-ниями, в течение 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | ходьба  • В прямом направлении.  Бег  • Не наталкиваясь друг на друга. | ходьба  • По кругу, взявшись за руки. Бег  В различных направлениях. | Ходьба  • В прямом направлении.  Бег  • В различных направлениях. | ходьба  • По кругу, взявшись за руки.  Бег  • Не наталкиваясь друг на друга. |
| **ОРУ** | **С кубиками** | **С кубиками** | **На мягких модулях** | **На мягких модулях** |
| **ОВД** | * 1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой);   • Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча;  • Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание вслед за ним.   * 1. Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках;   • Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой;  • Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | • Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под две скамейки, стоящие рядом;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками).  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;  • Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | • Перепрыгивание через веревку на двух ногах;  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.  • Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка;  • Подползание под скамейку;  • Прокатывание мячей друг другу и воспитателю. | • Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.  • Проползание в вертикально стоящий обруч;  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). |
| **И/У** | • «Скати с горки» (прокатывать шары с горки).  • «Скати и догони» (прокатить мяч с горки, догнать его и захватить). | • «Подпрыгни до ладони» (поочередно выполнять прыжки на двух ногах, касаясь рукой ладони педагога).  • «Догони мяч» (прокатить мяч двумя руками и догнать его). | • «Проползи под дугой» (по сигналу (звенит колокольчик) проползти под гимнастическую дугу).  • «Попрыгай как мячик» (по сигналу (хлопок в ладоши) прыгать на двух ногах на месте, по сигналу (свисток) останавливаться). | • «Прокати мяч и догони его» (по сигналу (звенит бубен) прокатить мяч в обруч, по сигналу (свисток) догнать мяч).  • «Доползи до игрушки» (доползти с подлезанием под веревку, захватить игрушку). |
| **М/П** | Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 1,5 минуты.  Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 1,5 минуты. | Ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Декабрь** | | | | |
| **Задачи:**   * Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). * Побуждать детей к двигательной активности. * Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. * Совершенствовать грациозность, выразительность движений. * Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с кубами) | | | **Комплекс ОРУ №2** (со скамейкой) | |
| Упражнение 1  И. п. — сидя на кубе, руки на коленях.  Поднять руки через стороны вверх, вернуться в и. п.  Повторить 3 раза.  Упражнение 2  И. п. — сидя на кубе, руки в стороны.  Поочередно поднимать и опускать правую и левую ногу. Повторить 3—4 раза.  Упражнение 3 (вариант упражнения 2)  И. п. — сидя на кубе, руки в стороны.  Поднять правую ногу — хлопок под коленом, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза каждой ногой.  Упражнение 4  И. п. — стоя за кубами.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около куба, руки свободно вдоль тела. Подпрыгивать на двух ногах на месте, чередуя с ходьбой. Повторить 4-5 раз.  Упражнение 6  Ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 10 секунд. | | | Упражнение 1  И. п. — сидя на скамейке, руки на коленях.  Поднять руки через стороны вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на скамейке, руками держась за сиденье.  Поочередно поднимать и опускать правую и левую ногу.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3 (вариант упражнения 2)  И. п. — стоя перед скамейкой, ноги вместе.  Присесть на скамейку, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 4  И. п. — стоя за скамейкой, руки внизу.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около скамейки, руки за спиной.  Прыжки на двух ногах около скамейки, чередуя с ходьбой вокруг скамейки.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение б  Ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в тече-ние 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • Перешагивая через предметы.  Бег  • За воспитателем, от воспитателя. | ходьба  • В прямом направлении.  Бег  • Догоняя катящиеся предметы. | ходьба  • Перешагивая через предметы.  Бег  • Догоняя катящиеся предметы. | Ходьба  • Перешагивая через предметы.  Бег  • За воспитателем, от воспитателя. |
| **ОРУ** | **С кубами** | **С кубами** | **Со скамейкой** | **Со скамейкой** |
| **ОВД** | • Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу;  • Проползание в заданном направлении;  • Скатывание мяча с горки.  • Проползание заданного расстояния до предмета;  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Скатывание мяча с горки. | • Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед;  • Перелезание через валик;  • Катание мяча двумя руками воспитателю  • Проползание в вертикально стоящий обруч;  • Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  • Катание мяча двумя руками друг другу. | • Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;  • Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  • Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю  • Проползание в воротца;  • Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;  • Прокатывание мяча двумя руками воспитателю. | • Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;  • Под ползание под скамейку;  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.  • Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед;  • Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. |
| **И/У** | • «Пройди по дорожке» (пройти между двумя веревками).  • «Пройди по мостику» (пройти по наклонной доске с мячом в руках, прокатить мяч с горки). | «Через ручеек» (перепрыгивать через веревки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга).  • «Лови мяч» (педагог прокатывает мячи по периметру зала, дети ловят их двумя руками). | • «Перелезь через бревно» (перелезть через гимнастическое бревно, лежащее на полу).  • «Через ручеек» (перепрыгивать через веревки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга). | «Прокати мяч» (прокатывать мяч друг другу).  • «Брось мяч» (бросать мяч в указанном ориентиром направлении). |
| **МП/И** | Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Январь** | | | | |
| **Задачи:**   * Способствовать психофизическому развитию детей. * Учить выразительности движений. * Обеспечивать закаливание организма детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с лентами) | | | **Комплекс ОРУ №2** (со стульчиками) | |
| «Покажи ленты»  И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с лентами опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать ленты, вернуться в и.п.  Повторить 3 раза.  «Спрячь ленты»  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с лентами подняты вверх.  Присесть, положить ленты на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять ленты, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Помаши лентами» (вариант упражнения «Спрячь ленты»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с лентами в стороны.  Поднять руки с лентами вверх, помахать лентами перед собой, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с лентами спрятаны за спиной. Наклониться вперед, коснуться лентами пальцев ног, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.  «Попрыгунчик»  И. п. — ноги слегка расставлены, руки с лентами разведены в стороны. Прыгать на двух ногах на месте, помахивая лентами, чередуя с ходьбой. Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | | | Упражнение 1  И. п. — сидя на стуле, руки в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И.п. — сидя на стуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и. п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И.п, — стоя за стулом, держась за спинку.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  46  Упражнение 4 (замена упражнения 3)  И.п. — стоя перед стулом, ноги вместе, руки в стороны.  Присесть на стул, руки вперед, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около стула, руки внизу.  Прыгать на двух ногах вокруг стула, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • С опорой на зрительные ориентиры.  Бег  • Догоняя катящиеся предметы | Ходьба  • С опорой на зрительные ориентиры.  Бег  • Догоняя катящиеся предметы. | ходьба  • По кругу, взявшись за руки.  Бег  • В различных направлениях. | ходьба  • Приставными шагами вперед, в стороны  Бег  • В различных направлениях. |
| **ОРУ** | **С лентами** | **С лентами** | **Со стульчиком** | **Со стульчиком** |
| **ОВД** | • Прыжки в высоту;  • Перелезание через валик;  • Бросание мяча двумя руками снизу.  • Под ползание под дугу;  • Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;  • Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Бросание мяча двумя руками снизу;  • Подлезание под веревку.  • Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;  • Ловля мяча, брошенного воспитателем. | • Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;  • Подползание под веревку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки;  • Бросание мяча двумя руками снизу.  • Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед;  • Перелезание через валик;  • Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка. | • Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под скамейку;  • Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Проползание в заданном направлении. |
| **И/У** | • «Перелезь через бревно» (выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед до бревна, лежащего на полу, затем перелезть через него).  • «Пройди по дорожке» (пройти между гимнастическими палками, лежащими на полу на расстоянии 50 см). | «Прокати мяч» (прокатывать мяч друг другу).  • «Лови мяч» (поочередно ловить мяч, брошенный педагогом, из положения сидя на полу). | • «Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, расположенные на полу на расстоянии 50 см друг от друга).  • «Брось мяч» (бросать мяч в указанном с помощью ориентира направлении). | • «Лови мяч» (поочередно ловить малый мяч, брошенный педагогом).  • «Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга). |
| **М/П** | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Ходьба с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Ходьба с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Февраль** | | | | |
| **Задачи:**   * Воспитывать умение самостоятельно действовать. * Формировать основные жизненно важные движения. * Обеспечивать закаливание организма детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** (с кубиками) | | | **Комплекс ОРУ №2** (на мягких модулях) | |
| «Покажи кубики»  И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с кубиками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать кубики, вернуться в и.п.  Повторить 3 раза.  «Спрячь кубики»  И.п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками подняты вверх.  Присесть, положить кубики на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять кубики, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Не урони кубики» (вариант упражнения «Спрячь кубики»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками подняты вверх.  Присесть, удерживая кубики над собой, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с кубиками за спиной. Наклониться вперед, коснуться кубиками пальцев ног, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Попрыгай»  И . п. — ноги слегка расставлены, руки с кубиками разведены в стороны.  52  Прыгать на двух ногах на месте, не роняя кубики, чередуя с ходьбой. Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 10—15 секунд. | | | Упражнение 1  И. п. — сидя на модуле, руки в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на модуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и. п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И. п. — стоя за модулем, руки за спиной.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 4 (вариант упражнения 3)  И. п. — стоя перед модулем, ноги вместе, руки в стороны.  Присесть на модуль, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около модуля, руки внизу.  Прыгать на двух ногах вокруг модуля, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • Со сменой направления движения.  Бег  • Между двумя линиями. | ходьба  • Со сменой направления движения.  Бег  • В различных направлениях. | Ходьба  • Перешагивая через предметы.  Бег  • Между двумя линиями. | Ходьба  • Со сменой направления движения.  Бег  • Между двумя линиями. |
| **ОРУ** | **С кубиками** | **С кубиками** | **На модулях** | **На модулях** |
| **ОВД** | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке);  • Проползание в два вертикально стоящих обруча;  • Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.  • Прыжки на двух ногах с мячом в руках;  • Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой;  • Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом;  • Ловля мяча, брошенного воспитателем.  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;  • Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.  • Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка;  • Подползание под скамейку;  • Бросание мяча двумя руками снизу. | • Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;  • Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами.  • Подползание под веревку;  • Бросание мяча двумя руками снизу. |
| **И/У** | • «Скати с горки» (скатывать малые мячи с горки, скатываться с горки вслед на мячами). | • «Пройди по мостику» (поочередно проходить по гимнастической доске, лежащей на полу, со страховкой педагога). • «Пройди по дорожке» (пройти между двумя гимнастическими палками, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга). | «Проползи в воротца» (проползти под гимнастическими дугами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга)  . • «Попрыгай как мячик» (по сигналу (хлопок) прыгать на двух ногах с  небольшим продвижением вперед, по сигналу (звенит бубен) остановиться). | • «Прокати мяч и догони его» (по сигналу (свисток) прокатить мяч в обруч, по сигналу (звенит бубен) догнать мяч).  • «Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, рас-положенные на расстоянии 50 см друг от друга). |
| **М/П** | Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, влечение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Март** | | | | |
| **Задачи:**   * Побуждать к двигательной активности. * Учить разнообразно действовать с мячом. * Обеспечивать укрепление здоровья детей.   Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** | | | **Комплекс ОРУ №2** | |
| (с флажками)  «Покажи флажки»  И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с флажками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать флажки, вернуться в и. п.  58  Повторить 3 раза.  «Положи флажки»  И.п. — стоя, ноги вместе, руки с флажками вытянуты вперед. Присесть, положить флажки на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять флажки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Спрячь флажки» (вариант упражнения «Положи флажки»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с флажками разведены в стороны. Присесть, положить флажки на пол позади себя, вернуться в и. п. Присесть, взять флажки, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с флажками в стороны. Наклониться вперед, коснуться флажками пальцев ног, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.  «Попрыгай»  И. п. — ноги слегка расставлены, руки с флажками вверх.  Прыгать на двух ногах на месте, чередуя с ходьбой.  Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 10 секунд. | | | (со скамейкой)  Упражнение 1  И. п. — сидя на скамейке, руки на коленях.  Поднять руки через стороны вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на скамейке, руками держась за сиденье.  Поочередное поднимание ног.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И. п. — стоя за скамейкой, руки внизу.  Присесть (спрятаться) и встать (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 4  И. п. — стоя около скамейки, руки за спиной.  Прыгать на двух ногах около скамейки, чередуя с ходьбой вокруг нее. Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5 (вариант упражнения 4)  И. п. — стоя перед скамейкой, ноги вместе.  Присесть на скамейку, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • Огибая предметы.  Бег  • Между двумя линиями, не наступая на них. | Ходьба  • Со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога.  Бег  • Между двумя линиями, не наступая на них. | ходьба  • Огибая предметы.  Бег  • За воспитателем, от воспитателя | ходьба  • Со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога.  Бег  • За воспитателем, от воспитателя. |
| **ОРУ** | **С флажками** | **С флажками** | **Со скамейкой** | **Со скамейкой** |
| **ОВД** | • Бросание мяча воспитателю;  • Проползание заданного расстояния;  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу  • Проползание заданного расстояния до предмета;  • Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  • Катание мяча между предметами. | • Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  • Перелезание через бревно;  • Бросание мяча двумя руками воспитателю.  • Перелезание через бревно;  • Прыжки на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром);  • Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | .  • Влезание на лестницу-стремянку (попытки);  • Прыжки на двух ногах как можно дальше;  • Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении.  • Перелезание через бревно;  • Прыгание на двух ногах как можно дальше;  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) | • Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  • Проползание заданного расстояния до ориентира;  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.  • Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  • Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем. |
| **И/У** | • «Перешагни через палку» (по сигналу (рука вверх) перешагнуть через гимнастическую палку с хлопком в ладоши над головой, по сигналу (рука в сторону) перешагнуть через гимнастическую палку с хлопком в ладоши за спиной).  • «Мой веселый, звонкий мяч» (поймать мяч, катящийся с горки). | • «Перепрыгни через ручеек» (перепрыгивать через веревку, лежащую на полу, с хлопком в ладоши над головой).  • «Пройди по дорожке» (проходить по гимнастической доске, лежа-щей на полу, перешагивая через кубик). | • «Курочка-хохлатка» (по сигналу дети подбегают к педагогу).  Пройди по дорожке» (пройти по гимнастической доске, лежащей на полу, руки на поясе). | • «Перешагни через ручеек» (перешагнуть через две веревки, лежащие на полу на расстоянии 20 см).  • «Курочка-хохлатка» (по сигналу дети подбегают к педагогу). |
| **М/П** | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Апрель** | | | | |
| **Задачи:**  . Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.  Общеразвивающие упражнения на месяц представлены двумя ком­плексами, педагог может чередовать их в течение месяца по своему усмотрению. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** | | | **Комплекс ОРУ №2** | |
| (с платочками)  «Покажи платочки»  И.п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с платочками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать платочки, вернуться в и. п.  Повторить 3 раза.  «Спрячь платочки»  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с платочками вверх.  Присесть, положить платочки на пол, вернуться в и.п.  Присесть, взять платочки.  Повторить 3—4 раза.  «Помаши платочками» (вариант упражнения «Спрячь платочки»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с платочками разведены в стороны. Присесть, положить платочки на пол перед собой, вернуться в и.п. Присесть, взять платочки, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с платочками за спиной. Наклониться вперед, коснуться платочками пальцев ног, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  «Попрыгунчик»  И. п. — ноги слегка расставлены, руки с платочками разведены в стороны.  Прыгать на двух ногах на месте, помахивая платочками, чередуя с ходьбой.  Повторить 4-5 раз.  «Ходьба»  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | | | со стульчиками)  Упражнение 1  И. п. — сидя на стуле, руки в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на стуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и. п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И. и. — стоя за стулом, держась за спинку.  Присесть (спрятаться) и выпрямиться (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 4  И. п. — стоя около стула, руки внизу.  Прыжки на двух ногах вокруг стула, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5 (вариант упражнения 4)  И. п. — стоя перед стулом, ноги вместе, руки в стороны.  Присесть на стул, руки вперед, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 10 секунд. | |
| **1-я неделя** | | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
|
| **Вводная часть** | Ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см. Бег  • Между двумя линиями, не наступая на них. | ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см.  • Со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. | ходьба  • Со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога.  • Бег  • Со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. | Ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см.  Бег  • Со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. |
| **ОРУ** | **С платочками** | **С платочками** | **Со стульчиком** | **Со стульчиком** |
| **ОВД** | • Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;    • Подползание под веревку;  • Прокатывание мяча одной и двумя руками.  • Подползание под дугу;  • Прыжки с места на двух ногах как можно дальше;  • Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | • Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Прокатывание мяча между предметами;  • Проползание в вертикально стоящий обруч.  • Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки;  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом. | Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;  Подползание под веревку (высота 30—40 см) с захватом стоящей впереди игрушки;  • Перепрыгивание через две параллельные линии;  • Перелезание через бревно;  • Прокатывание мяча между предметами. | • Перепрыгивание через две параллельные линии;  • Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки);  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.  • Проползание в вертикально стоящий обруч;  • Прокатывание мяча в произвольном направлении. |
| **И/У** | • «Мишки идут по лесу» (имитировать походку медведя — передвигаться на внешней стороне стопы). | • «Курочка-хохлатка» (по сигналу «курочки-хохлатки» (педагога) спрятаться — присесть, закрыть лицо руками).  «Мишки идут по лесу» (имитировать походку медведя — передвигаться на внешней стороне стопы). | • «Попади в воротца» (прокатить мяч под дугой). | • «Мишки идут по лесу» (имитировать походку медведя — передвигаться на внешней стороне стопы).  • «Попади в воротца» (прокатить мяч под дугой). |
| **МП/И** | Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |
| **Май** | | | | |
| **Задачи на месяц.** Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | | |
| **Комплекс ОРУ №1** | | | **Комплекс ОРУ №2** | |
| (с кубиками)  «Покажи кубики»  И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с кубиками опущены вдоль туловища.  Поднять руки вверх, показать кубики, вернуться в и. и.  Повторить 3 раза.  «Спрячь кубики»  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками вверх.  Присесть, положить кубики на пол, вернуться в и. п.  Присесть, взять кубики, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  «Не урони кубики» (вариант упражнения «Спрячь кубики»)  И. п. — стоя, ноги вместе, руки с кубиками вверх.  Присесть, удерживая кубики над собой, вернуться в и. п.  Повторить 3—4 раза.  «Дотянись»  И. п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с кубиками за спиной. Наклониться вперед, коснуться кубиками пальцев ног, вернуться в и.п. Повторить 3—4 раза.  «Попрыгай»  И. п. — нош слегка расставлены, руки с кубиками в стороны. Прыгать на двух ногах на месте, не роняя кубики, чередуя с ходьбой. Повторить 4—5 раз.  «Ходьба»  Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение Ю—15 секунд. | | | (на мягких модулях)  Упражнение 1  И.п, — сидя на модуле, руки разведены в стороны.  Поднять руки вверх, вернуться в и. п.  Повторить 4—5 раз.  Упражнение 2  И. п. — сидя на модуле, руки внизу.  Наклониться вперед, коснуться стоп, вернуться в и.п.  Повторить 4 раза.  Упражнение 3  И. п. — стоя за модулем, руки за спиной.  Присесть (спрятаться) и выпрямиться (показаться).  Повторить 4 раза.  Упражнение 4 (вариант упражнения 3)  И. п. — стоя перед модулем, ноги вместе, руки разведены в стороны.  Присесть на модуль, руки вперед, вернуться в и.п.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 5  И. п. — стоя около модуля, руки внизу.  Прыгать на двух ногах вокруг модуля, чередуя с ходьбой.  Повторить 3—4 раза.  Упражнение 6  Ходьба с дыхательными упражнениями в течение 10 секунд. | |
| **1 неделя** | | **2 неделя** | **3 неделя** | **4 неделя** |
| **Вводная часть** | ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см. Бег  • Медленный — до 80 м. | ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5— 15 см. Бег  • Медленный — до 80 м. | Ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см.  Бег  • Непрерывный — 30—40 секунд. | Ходьба  • С перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см.  Бег  • Медленный — до 80 м. |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | На мягких модулях | На мягких модулях |
| **ОВД** | • Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке);  • Проползание в два вертикально стоящих обруча;  • Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.  • Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  • Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки);  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками. | • Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под две скамейки, стоящие рядом;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами.  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;  • Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках. | • Перелезание через бревно;  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Подползание под скамейку;  • Бросание мяча взрослому. | • Прыжки через две параллельные линии;  • Влезание на лестницу-стремянку (попытки);  • Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой.  • Подползание под гимнастическую палку;  • Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира;  • Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой между предметами. |
| **И/У** | • «Мой веселый, звонкий мяч» (проползти в вертикально стоящий обруч с малым мячом в руках, бросить его об пол).  • «Мой веселый, звонкий мяч» (прокатить мяч двумя руками и до-гнать его). | «Перешагни через ручеек» (по сигналу (звенит бубен) перешагнуть через две веревки, лежащие на расстоянии 30 см, руки на поясе;  по сигналу (хлопок в ладоши) перешагнуть через две веревки, руки за спину).  • «Мой веселый, звонкий мяч» (прокатить мяч двумя руками и до-гнать его). | • «Попади в воротца» (прокатить мяч под дугой).  • «Мой веселый, звонкий мяч» (прокатить мяч двумя руками и догнать его). | «Мишки идут по лесу» (имитировать походку медведя — передвигаться на внешней стороне стопы). |
| **М/П** | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СРЕДНЯЯ ГРУППА** | | | | | |
| **Сентябрь** | | | | | |
| 1 неделя | | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя | Виды интеграции образовательных областей |
| 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию  в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие –10-12 | *Физическая культура:* развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, сохраняя перекрестную координацию рук и ног; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках  на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».  *Здоровье:* создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. |
| Цели | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1;  Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.  *Подвижная игра* «Найди себе пару» | Учить:  Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх;  Упражнять в прокатывании мяча  *Подвижная игра* «Самолеты»,  «Найди себе пару» | Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную;  В прокатывании мяча, лазанье под шнур.  9\*-упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках.  *Подвижная игра* «Огуречик», «Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот» | Учить:  -детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы;  -закреплять умение группироваться при лазанье под шнур;  – подлезать  под шнур.  *Подвижная игра* «У медведя во бору»  12\* -разучить перебрасывание мячей друг другу;  Упражнять в прыжках.  *Игровые упражнения:*  -«перебрось-поймай»,  -«успей поймать»,  -«вдоль дорожки»  *Подвижная игра* «Огуречик» |
| **Октябрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | **Физическая культура:** развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя  ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.  *Здоровье:* развитие умения заботиться о своем здоровье.  *Социализация:* приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх.  *Труд*: побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия.  *Безопасность:* развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на участке детского сада. |
| Цели | Учить:  – сохранять  устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре  Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. | Учить:  –находить свое место в шеренге после ходьбы и бега  Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках;  Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. | Упражнять  в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски;  - в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. | Упражнять  в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную;  Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола;  Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. |
|  | *Подвижная игра* «Кот и мыши»,  15\* - упражнять в перебрасывании мяча через сетку  *Игровые упражнения:*  «мяч через шнур»,  «кто быстрее доберется до кегли»  *Подвижная игра* «найди свой цвет» | *Подвижная игра* «Автомобили»,  18\* - упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.  *Игровые упражнения:*  «Кто быстрее»,  «Подбрось-поймай»,  *Подвижная игра* «ловишки» | *Подвижная игра* «У медведя во бору», *малоподвижная игра* «Угадай,где спрятано?»  21\* - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.  *Игровые упражнения* «Прокати-не урони», «Вдоль дорожки» *подвижная игра* «Цветные автомобили» | *Подвижная игра* «Кот и мыши»  *малоподвижная игра* «Угадай, кто позвал?»  24\* - упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1.  *Игровые упражнения:*  - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке»,  *Подвижная игра* «Лошадки» |
| **Ноябрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично  отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет  взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться  с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног, бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком; развивать умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.  Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма;  Развивать умение заботиться о своем здоровье.  Социализация: развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности.  Труд: Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортинвентаря.  Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх,  поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.  Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом |
| Цели | Упражнять  в ходьбе и беге между предметами,  -в прыжках на 2 ногах,  Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.  Подвижная игра «Салки», малоподвижная игра «Найди и промолчи»»  27\* - упражнять  - в ходьбе и беге с изменением направления движения;  - ходьбе и беге «змейкой» между предметами,  - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры.  Игровые упражнения:  «Не попадись»,  «Поймай мяч»  Подвижная игра «Кролики» | Упражнять:  - в ходьбе и беге по кругу,  – на носках,  - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках,  - в прокатывании мяча.  Подвижная игра «Самолеты»  «Найди себе пару»  30\* - повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием.  Игровые упражнения;  «не попадись»,  «Догони мяч»,  Подвижная игра «Найди себе пару» | Упражнять:  – в ходьбе и беге с изменением направления,  - бросках мяча о землю и ловля его 2-мя руками,  -ползание на четвереньках. | Упражнять:  *-* в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,  - в ползании на животе по гимнастической скамейке.  *Подвижная игра* «Цветные автомобили»  36\* - упражнять в ходьбе и беге по кругу,  - в прыжках.  *Игровые упражнения:*  «пингвины»,  «Кто дальше бросит»  *Подвижная игра* «самолеты» |
| **Декабрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной опоре, может ползать произвольным способом, подлезать под дуги, сгруппировавшись, катать мяч в заданном направлении, друг другу из разных и.п., проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, выполняет правила игр, помогает в расстановке и уборке спортинвентаря | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | Физическая культура: упражнять в ходьбе  и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени,  Здоровье: формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при ушибах, травме.  Социализация: формирование в процессе игры соблюдать правила культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры.  Труд: продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спортивентаря.  Познание: развитие пространственных направлений – двигаться по заданию воспитателя.  Коммуникация: формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками.  Музыка: развитие умение выполнять ходьбу и бег в соответствии с темпои и ритмом музыки. |
| Цели | Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге;  -ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия.  Упражнять  - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  Подвижная игра «Лиса и куры», малоподвижная игра  «Найдем цыпленка»  3\* -упражнять в ходьбе и беге между предметами.  Игровые упражнения:  «Веселые снежинки»,  «Кто быстрее к пирамиде»,  «Кто дальше бросит?» | Упражнять  - в перестроение в пары на месте,  - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги,  Развивать  - глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.  *Подвижная игра* «У медведя во бору»  6\* - упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках со скамейки.  Игровые упражнения:  «Лошадки»,  «Цыплята прыгают с заборчика»  *Подвижная игра* «Найди пару» | Упражнять  - в ходьбе колонной по 1,  Развивать  -ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу,  Повторить ползание на четвереньках.  *Подвижная игра* «Зайцы и волк»,  *Малоподвижная игра* «Где спрятался зайка»  9\* - повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками.  *Игровые упражнения:*  «Через кочки», «Подбрось-поймай», *подвижная игра* «Птички и кошка» | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге;  Учить  -правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе,  Повторить упражнения в равновесии.  *Подвижная игра* «Птички и кошка»  12\*упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в равновесии- ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке.  *Подвижная игра* «Автомобили»  *Игра малой подвижности* «Найди и промолчи» |
| **Январь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | *Физическая культура:* развитие двигательной активности в играх с мячами, обручами.  *Здоровье:* организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений.  *Социализация:* продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх-соревнованиях, смелым, сильным.  *Труд:* поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря.  *Безопасность:* продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.  *Познание:* развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз.  *Музыка:* развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.  *Коммуникация:* развитие свободного общения со взрослыми и детьми. |
| Цели | Упражнять  - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их,  - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры,  -в прыжках.  *Подвижная игра* «Кролики»  *Игра малой подвижности* «Найдем кролика»  15\* -упражнять в лазаньи в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу – по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок.  *Подвижная игра* «Лошадки» | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего,  В прыжках и перебрасывании мячей друг другу.  *Подвижная игра* « Найди себе пару»  18\* - упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу*.*  *Подвижная игра* «Зайцы и волк» | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.  *Подвижная игра* « Лошадки»  21\* - упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками.  *Подвижная игра* «Цветные автомобили» | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен,  В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.  *Подвижная игра* «Автомобили»  24\* - упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками.  *Подвижная игра* «Кот и мыши» |
| **Февраль** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах и приземляться на полусогнутые ноги, может катать мяч в заданном направлении, между предметами, друг другу; проявляет положительные эмоции при выполнении физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: закреплять умение бросать и ловить мяч 2-мя руками, не прижимая к себе; закреплять умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках, ползать, перелезать, подлежать через предметы, между предметами.  Здоровье: продолжать работу по укреплению здоровья детей.  Социализация: совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры.  Труд: поощрять активность в подготовке и уборке спортинвентаря.  Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.  Познание: развитие сенсорики.  Коммуникация: совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.  Музыка: развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| Цели | Упражнять в ходьбе и беге между предметами,  В равновесии,  В прыжках.  *Подвижная игра* « Котята и щенята»  27\*упражнять в лазании под рейку (выс 40 см от пола) прямо и боком,  В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м)  *Подвижная игра* «Самолеты» | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч,  Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.  *Подвижная игра* « У медведя во бору»  30\* - повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.  *Игровые упражнения*  «Покружись»,  Кто дальше бросит»  *Подвижная игра* «У медведя во бору» | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами,  В ловле мяча 2-мя руками,  В ползании на четвереньках  *Подвижная игра* «Воробушки и автомобиль»  33\*упражнять в метании на дальность.  Игровые упражнения:  «Ктодальше бросит»,  Найдем снегурочку»,  *Подвижная игра* «Мороз –Красный Нос» | Упражнять в ходьбе с изменением направления движения,  В ползании в прямом направлении,  Прыжках между предметами.  *Подвижная игра* «Перелет птиц»  36\* - развивать ловкость и глазомер при метании мешочков.  Игровые упражнения:  «Точно в цель»,  «Туннель»,  Подвижная игра «Мороз – Красный Нос»  *Малоподвижная игра* «Найдем зайку» |
| **Март** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках в различных направлениях, между предметами,, лазать по гимнастической лестнице произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух и мягко приземляться на полусогнутые ноги, прыгает в длину с места, может катать мяч в прямом направлении, своему напарнику, ударять мячом об пол 2-мя руками, одной и ловить 2-мя руками; проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | Физическая культура: развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; формировать умение выполнять действия по сигналу; закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве.  Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки,  формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений.  Социализация: продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх.  Безопасность: развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности.  Труд: продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.  Познание: продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.  Коммуникация: продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.  Музыка: совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную,  В равновесии и прыжках.  Подвижная игра «Перелет птиц»  3\* - развивать ловкость и глазомкер,  Упражнять в беге;  Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.  *Игровые упражнения:*  «Ловишки»,  «Быстрые и ловкие»,  «сбей кеглю»  *Подвижная игра* «Зайка беленький»  *Игра малой подвижности* «Найдем зайку» | Упражнять  - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде,  - в прыжках в длину с места,  В бросании мячей через сетку.  Подвижная игра «Бездомный заяц»  6\* - - упражнять в ходьбе и беге по кругу,  -с выполнением задания,  - в ползании на животе по гимнастической скамейке.  Повторить- прокатывание мяча между предметами.  *Игровые упражнения*  «Подбрось-поймай»,  «Прокати- не задень»  *Подвижная игра* «Лошадка»  *Малоподвижная игра* «Угадай, кто кричит?» | Упражнять:  – в ходьбе и беге по кругу;  – с выполнением задания,  - в прокатывании мяча между предметами,  В ползании на животе по гимнастической скамейке.  Подвижная игра «Самолеты».  9\* -упражнять детей в беге на выносливость,  - в ходьбе и беге между предметами,  -в прыжках на одной ноге поеременно.  *Игровые упражнения:*  «На одной ножке вдоль дорожки»,  «Брось через веревочку»  *Подвижная игра* «Самолеты» | Упражнять:  - в ходьбе и беге врассыпную,  -с остановкой по сигналу воспитателя,  -ползание по скамейке «по-медвежьи»,  - в равновесии и прыжках.  *Подвижная игра* «Охотник и зайцы»  *Малоподвижная игра* «Найдем зайку»  12\* - упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом,  - с мячом,  - в равновесии и в прыжках.  *Игровые упражнения:*  «Перепрыгни через ручеек»,  «Бег по дорожке»,  «Ловкие ребята» |
| **Апрель** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, выполняя различные задания по сигналу воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, может бросать мяч и ловить двумя руками, отбивать мяч о землю одной рукой – ловить 2-мя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, знает предметы ближайшего окружения, ориентируется в пространстве зала и физкультурной площадки. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | Физическая культура: продолжать формировать умение выполнять действия по сигналу воспитателя; формирование умения правильного выполнения движений; закрепления умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.  Здоровье: развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.  Социализация: поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх.  Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.  Музыка: упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | Упражнять  - в ходьбе и беге колонной по по- одному, врассыпную;  - в равновесии и в прыжках.  *Подвижная игра* «Пробеги тихо».  15\* - упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне,  - в прокатывании обручей,  - в упражнениях с мячами.  *Игровые упражнения:*  «Прокати и поймай»,  «Сбей булаву»,  *Подвижная игра* «У медведя во бору». | Упражнять  - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки,  -врассыпную,  В метании мешочков в горизонтальную цель,  В умении занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места.  Подвижная игра «Совушка».  18\* - повторить ходьбу и бег;  Упражнения в прыжках и подлезании.  *Игровые упражнения:*  «По дорожке»,  «Не задень»  *Подвижная игра* «Воробушки и автомобиль»  *Малоподвижная игра* «Найдем воробушка». | Упражнять:  – в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя,  - в ползании на четвереньках.  Развивать  - ловкость и глазомер при метании на дальность.  *Подвижная игра* «Совушка»  21\*м – упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,  - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.  *Игровые упражнения:*  «Успей поймать»,  «Подбрось-поймай»,  *Подвижная игра* «Догони пару». | Упражнять:  - в ходьбе и беге врассыпную,  - в равновесии и прыжках.  *Подвижная игра* Птички и кошка»  24\*- упражнять в ходьбе и беге между предметами,  - в равновесии,  - в перебрасывании мяча.  *Игровые упражнения:*  «Пробеги – не задень»,  «Накинь кольцо»,  «Мяч через сетку»  *Подвижная игра* «Догони пару». |
| **Май** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, на повышенной площади опоры,, лазать по гимнастической лестнице с переходом с одного пролета на другой различным способом (одноименный, разноименный), катать мяч в заданном направлении, друг другу, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 3–4 раза подряд и ловить; отбивать мяч правой и левой рукой не менее 5 раз подряд, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим. | | | | | |
| Тема | Занятия25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: закреплять умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; закреплять умение ползать, подлезать, перелезать через предметы; энергично отталкиваться двумя ногами и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; продолжать развивать психо-физические качества – силу, гибкость, выносливость; развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей.  Здоровье: продолжать формировать представление о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека.  Социализация: продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.  Коммуникация: развивать диалогическую форму речи.  Безопасность: развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. |
| Цели | Упражнять:  – в ходьбе парами,  -в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры,  - в прыжках в длину с места.  *Подвижная игра* «Котята щенята».  27\* - упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками,  *Игровые упражнения:*  «Достань до мяча»,  «Перепрыгни через ручеек»,  «Пробеги- не задень»,  *Подвижная игра* «Совушка» | Упражнять:  – повторить ходьбу со сменой ведущего,  Упражнять  - в прыжках в длину с места ,  Развивать ловкость в упражнении с мячом.  *Подвижная игра* «Котята и щенята»  30\* - упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя,  -ходьбе и беге по кругу.  *Игровые упражнения:*  « Попади в корзину»,  «Подбрось-поймай»,  *Подвижная игра* «Удочка» | Упражнять:  – в ходьбе с высоким подниманием колена,  -беге врассыпную,  В ползании по скамейке на животе,  В метании предметов в вертикальную цель.  *Подвижная игра* «Зайцы и волк»,  *Малоподвижная игра* «Найдем зайца»  33\* - упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.  *Игровые упражнения:*  «Не урони»,  «Не задень»,  «Бегом по дорожке»  *Подвижная игра* «Пробеги тихо»  *Малоподвижная игра* «Кто ушел?» | Упражнять:  – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоре прыжках,  Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий.  *Подвижная игра* «У медведя во бору»  36\* - упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения,  - в подбрасывании и ловле мяча,  Повторить игры с мячом, прыжками и бегом.  *Игровые упражнения:*  «Подбрось- поймай»,  «Кто быстрее по дорожке»,  *Подвижная игра* «Самолеты» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Подготовительная к школе группа** | | | | | |
| **Сентябрь** | | | | | |
| 1 неделя | | 2 неделя | 3 неделя | 3 неделя | Виды интеграции образовательных областей |
| 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с соблюдением дистанции, сохраняет правильную осанку во время выполнения физических упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе по повышенной точке опоре; занимает правильное и.п. при прыжках и мягко приземляется на полусогнутые ноги. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие –10-12 | ***Физическая культура:*** формирование у дошкольников интереса и любви к спорту, к физическим упражнениям, формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности, формирование сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.  ***Здоровье****:* формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.  ***Социализация*:** формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься.  ***Труд***: развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортинвентаря.  ***Познание:*** совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.  ***Коммуникация:*** развитие свободного общения со взрослыми и детьми.  ***Музыка:*** развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. |
| Цели | ***Упражнять*** в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу;  В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре.  ***Развивать*** точность движений при переброске мяча.  ***Подвижная игра*** «Ловишки»  3\* -***упражнять*** в равномерном беге и беге с ускорением;  ***Знакомить*** с прокатыванием обручей,  ***Повторить*** прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед  ***Игровые упражнения:***  «Ловкие ребята»,  «Пингвины»,  «Догони свою пару»  ***Подвижная игра*** «Вершки и корешки» | ***Упражнять*** в равномерном беге с соблюдением дистанции,  ***Развивать*** координацию движений в прыжках с доставанием до предмета,  ***Повторить*** упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.  ***Подвижная игра*** «Ловишка»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает!»  6\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу  ***Игровые упражнения:***  «Быстро встань в колонну!»  «Прокати обруч»  ***Подвижная игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы» | Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов,  Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие,  ***Повторить*** упражнение на переползание по гимнастической скамейке.  9\* - ***упражнять*** в чередовании ходьбы и бега,  ***Развивать*** быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.  ***Игровые упражения:***  «Быстро передай»,  «Пройди -не задень»  ***Подвижная игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра*** «Летает –не летает» | ***Упражнять*** в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя;  В ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;  В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.  ***Повторить*** прыжки через шнуры.  12\* - ***повторить*** ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Прыжки по кругу»,  «Проведи мяч»,  «Круговая лапта»  ***Игра*** «Фигуры» |
| **Октябрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, с преодолением препятствий; выполняет прыжки, приземляясь на полусогнутые ноги; выполняет ведение мяча в прямом направлении, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | Физическая культура: развивать умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование техники основных движений; поддерживать проявление интереса к физкультуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.  Здоровье: обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр.  Социализация: развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения.  Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.  Коммуникация: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.  Музыка: организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение. |
| Цели | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Перелет птиц»  15\* -упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом,  ***Повторить*** задания с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Перебрось – поймай»  «Не попадись»  «Фигуры» | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением направления движения по сигналу,  ***Отрабатывать*** навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;  ***Развивать*** координацию движений в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  18\* - ***повторить*** бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска,  Упражнять в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Кто самый меткий»,  «Перепрыгни – не задень»  ***Подвижная игра*** «Совушка» | ***Упражнять*** в ходьбе с высоким подниманием колен,  ***Повторить*** упражнение в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  ***Подвижная игра*** «Удочка» ***малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  21\* - ***закреплять*** навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; ***развивать*** точность в упражнениях с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Успей выбежать»,  «Мяч водящему»  ***Подвижная игра*** «не попадись» | ***Закреплять*** навык ходьбы со сменой темпа движения,  ***Упражнять*** в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.  ***Подвижная игра*** «Удочка»  24\* - ***повторить*** ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе;  ***Упражнять*** в прыжках и переброске мяча.  ***Игровые упражнения***  «Лягушки»,  «Не попадись»  ***Подвижная игра*** «Ловишки с ленточками»  ***Игра*** «Эхо» |
| **Ноябрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; пользуется специальными физическими упражнениями для укрепления своего организма; принимает активное участие в подготовке и уборке спортинвентаря; ориентируется в пространстве, следит за своим внешним видом. | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; развитие физических качеств.  Здоровье: продолжать формировать представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни человека, умения пользоваться специальными физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем.  Безопасность: продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортинвентарем.  Труд: поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря.  Познание: активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве.  Художественное творчество: привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя.  Музыка: развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера. |
| Цели | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега по кругу;  ***Упражнять*** в ходьбе по канату (или толстому шнуру);  В энергичном отталкивании в прыжках через шнур;  ***Повторить*** эстафету с мячом.  ***Эстафета*** «Мяч водящему»,  ***Подвижная игра*** «Догони свою пару»  ***Малоподвижная игра*** «Угадай, чей голосок»  27\* - ***закреплять*** навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; ***повторить*** игровые упражнения с мячом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч о стенку»,  «Будь ловким»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  ***Малоподвижнаяигра*** «Затейники» | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением направления движения,  Прыжках через короткую скакалку,  Бросании мяча друг другу,  Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках.  ***Подвижная игра*** «Фигуры»  30\* - ***закреплять*** навык ходьбы и бега с преодолением препятствий,  Ходьбе с остановкой по сигналу,  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом и в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Передача мяча по кругу»,  «Не задень»  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Игра*** «Затейники» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; ***повторить*** ведение мяча с продвижением вперед,  ***Упражнять*** в лазанье под дугу, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Перелет птиц»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен,  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом и бегом.  ***Игровые упражнения:***  «Переброска мячей»,  ***Подвижная игра*** «По местам» | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость,  ***Разучить*** в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой, ***повторить*** упражнения в прыжках и на равновесие.  ***Подвижная игра*** «Фигуры»  36\* - ***повторить*** ходьбу и бег с изменением направления движения,  ***Упражнять*** в поворотах с прыжком на месте,  ***Повторить*** прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы, ***упражнять*** в выполнении заданий с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Передай мяч»,  «С кочки на кочку»  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  ***Малоподвижная игра*** по выбору детей. |
| **Декабрь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать заданный темп в ходьбе; придумывает варианты игр; проговаривает название физических упражнений, знает их влияние на организм, оценивает качество упражнений выполнения другими детьми, как сам выполняет; умеет решать спорные вопросы в процессе двигательной деятельности, проявляет взаимовыручку. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | Физическая культура: развивать потребность в сохранении правильной осанки в различных видах деятельности, упражнять в статическом и динамическом равновесии, в координации движений на ориентировку в пространстве..  Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.  Здоровье: расширять представление о значении физических упражнений для организма.  Социализация: развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения.  Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.  Познание: развитие ориентировки в пространстве.  Коммуникация: формировать умение отстаивать свою точку зрения.  Музыка: проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. |
| Цели | ***Упражнять*** в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную;  В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации.  ***Развивать*** ловкость в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  3\* - ***повторить*** ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя,  ***Упражнять*** в продолжительном беге до 1, 5 мин,  ***Повторить*** упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Пройди – не задень»,  «Пас на ходу»,  ***Подвижная игра*** «Совушка» | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно,  ***Повторить*** упражнения в ползании и эстафету с мячом.  ***Подвижная игра*** «Салки с ленточкой»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  6\* - ***упражнять*** в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.  ***Игровые упражнения:***  «Пройди – не урони»,  «Из кружка в кружок»,  «Стой» - ***игровое упражнение*** | ***Повторить*** ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением,  ***Упражнять*** в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер,  ***Упражнять*** в ползании на животе, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Попрыгунчики – воробушки»  9\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге колонной по 1,  В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.  ***Игровые упражнения:***  «Пас на ходу»,  «Кто быстрее»,  «Пройди – не урони»  ***Подвижная игра*** «Лягушки и цапля»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.*** | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону,  ***Упражнять*** в ползании по скамейке «по-медвежьи»,  ***Повторить*** упражнения в прыжках и на равновесие.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  12\* - ***упражнять*** в ходьбе между предметами,  ***Разучить игровое задание*** «Точный пас»,  ***Развивать*** ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.  ***Игровые задания***  «Точный пас»,  «Кто дальше бросит»,  «По дорожке на одной ножке»  ***Подвижная игра*** «Два Мороза» |
| **Январь** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч напарнику, пролезает в обруч правым\левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремиться к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения. | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований.  Здоровье: продолжать работу по укреплению здоровья детей.  Социализация: расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности.  Труд: поощрять активность в подготовке и уборке спортинвентаря.  Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.  Познание: развитие сенсорики.  Коммуникация: совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.  Музыка: развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| Цели | ***Упражнять*** в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках,  ***Повторить*** упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.  ***Подвижная игра*** «Ключи»  27\* -***упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук,  ***Разучить*** прыжки с подскоком,  ***Упражнять*** в переброске мяча, повторить лазанье в обруч.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  30\* -***упражнять*** в ходьбе с выполнением заданий, ***повторить*** игровые упражнения с клюшкой и шайбой.  ***Подвижная игра*** «Фигуры», «Затейники» | ***Повторить*** ходьбу со сменой темпа движения,  ***Упражнять*** в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге,  В метании предметов, лазанье на гимнастическую стенку,  ***Повторить*** упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания.  ***Подвижная игра*** «Не попадись»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе с выполнением заданий, ***повторить*** игровые упражнения с клюшкой и шайбой.  ***Подвижная игра*** «Карусель». | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами,  ***Повторить*** упражнения на равновесие и прыжки.  ***Подвижная игра*** «Жмурки»  36\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «не попадись»,  ***Подвижные игры*** «Белые медведи», «Карусель»  ***Малоподвижная игра*** «Затейники» |
| **Февраль** | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | Физическая культура: продолжать обогащать двигательный опыт детей.  Здоровье: продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.  Социализация: развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.  Безопасность:  Труд: продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.  Познание: продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.  Коммуникация: продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.  Музыка: совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | ***Упражнять*** в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием,  ***Повторить*** задание в прыжках, эстафету с мячом.  ***Подвижная игра*** «Ключи»  3\* - ***повторить*** упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Бегуны»,  «Лягушки в болоте»,  «Мяч о стенку»  ***Игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра.*** | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную,  ***Повторить*** упражнения в прыжках, ползании,  Задания с мячом.  ***Подвижная игра*** «Затейники»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  6\* - ***упражнять*** в беге и прыжках,  ***Развивать*** ловкость в заданиях с мячом.  ***Игра с бегом*** «Мы веселые ребята»,  «Охотники и утки» - с мячом.  ***Игра*** «Тихо – громко» | ***Повторить*** ходьбу с выполнением заданий,  ***Упражнять*** в метании предметов в горизонтальную цель,  ***Повторить*** упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.  ***Подвижная игра*** «Волк во рву»  ***Малоподвижная игра.***  9\* - ***упражнять*** в беге на скорость, ***повторить*** игровые упражнения с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Кто скорее до мяча»,  «Пас ногой»,  «Ловкие зайчата»  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо» | ***Повторить*** ходьбу и бег с выполнением заданий,  ***Упражнять*** в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки.  ***Подвижная игра*** «Совушка»,  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  12\* ***- повторить*** упражнения с бегом, прыжками и мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Салки-перебежки»,  «Передача мяча в колонне»,  «Удочка»  «Горелки». |
| **Апрель** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживает своих товарищей, действует в команде. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятие 16-18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | Физическая культура: закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование активного движения кисти руки при броске, закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.  Здоровье: обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.  Социализация: развитие умения действовать в команде.  Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.  Музыка: упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | ***Повторить*** игровое упражнение в ходьбе и беге,  ***Упражнять*** на равновесие, в прыжках, с мячом.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  15\* - ***повторить*** игровое упражнение с бегом,  Игровые задания с мячом, с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Быстро в шеренгу»,  «Перешагни – не задень»,  «С кочки на кочку»  ***Подвижная игра*** «Охотники и утки»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы». | ***Повторить*** упражнения в ходьбе и беге,  ***Упражнять*** в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  18\* - ***повторить*** игровое задание с ходьбой и бегом,  Игровые упражнения с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «»Пас ногой»,  «Пингвины»  ***Подвижная игра*** «Горелки» | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2),  В метании мешочков на дальность,  В ползании, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Затейники»  21\* - ***повторить*** бег на скорость,  ***Упражнять*** в заданиях с прыжками, в равновесии.  ***Игровые упражнения:***  «Перебежки»,  «Пройди – не задень»,  «Кто дальше прыгнет»,  «Пас ногой»,  «Поймай мяч»  ***Малоподвижная игра*** «Тихо – громко» | ***Повторить*** ходьбу и бег с выполнением заданий,  Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.  ***Игровое упражнение*** «По местам»  ***Подвижная игра*** «Салки с ленточкой»  24\* - ***повторить*** игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Передача мяча в колонне»,  ***Подвижная игра*** «Лягушки в болоте» (с прыжками)  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы» |
| **Май** | | | | | |
| **Планируемые результаты** к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняет ходьбу бег в колонне по1, перестраивается по сигналу в круг, в колонны по 2, по 3, по 4. | | | | | |
| Тема | Занятия25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | Физическая культура: совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.  Социализация: воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры.  Труд: закреплять умение замечать и устранять непорядок во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в прическе; закреплять умение подготавливать и убирать спортинвентарь к занятию.  Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года. |
| Цели | **Повторить** упражнения в ходьбе и беге,  В равновесии при ходьбе по повышенной опоре,  В прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку.  ***Подвижная игра*** «Совушка»,  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы»  27\* ***- упражнять*** в продолжительном беге, развивая выносливость; ***развивать*** точность движений при переброске мяча друг другу в движении,  ***Упражнять*** в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.  ***Игровые упражнения:***  «Пас на ходу»,  «Брось – поймай»,  Прыжки через короткую скакалку.  ***Игра по выбору детей.*** | ***Упражнять*** в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, ***повторить*** упражнения с мячом.  ***Подвижная игра*** «Горелки»,  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  30\* - **упражнять** в ходьбе и беге с выполнением заданий,  ***Повторить*** упражнения с мячом, в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Ловкие прыгуны»,  «Проведи мяч»,  «Пас друг другу»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка». | ***Упражнять*** в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу,  В ходьбе и беге врассыпную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Воробьи и кошка»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге между предметами,  В ходьбе и беге врассыпную,  ***Повторить*** задания с мячом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч водящему»,  «Кто скорее до кегли»  ***Индивидуальные игры с мячом.***  ***Подвижная игра*** «Горелки» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку,  ***Упражнять*** в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Охотники и утки»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает».  36\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом и ходьбой,  ***Упражнять*** в заданиях с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «По местам»,  «Кто быстрее»,  «Пас ногой»,  «Кто выше прыгнет»  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на земле» |

***Примерное тематическое планирование работы с детьми (часть, формируемая участниками образовательного процесса)***

**Вторая группа раннего развития**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Ходьба** | **Прыжки** | **Бег** | **Общеразвивающие игры** | **Комплексные игры** | **Дыхательные упражнения** |
| **Сентябрь** | «Встань, малыш, еще разок»  «Большие ноги» |  | «Вертушки» |  |  | «Корова мычит» |
| **Октябрь** | «Ходим вереницей»  «Отнеси в ладошке капельку» | «Прыг-прыг, топ-топ» | «Лошадки» | «Кач-кач»  «По-турецки мы сидим» |  | «Пыхтим, как ежики» |
| **Ноябрь** | «Помашем флажками» «Флажок» | «Ловим перышко» | «Птички летают» | «Цветочки растут»  «Вот как солнышко встает» | «Уж ты котенька-коток…» | «Солнышко-луна» |
| **Декабрь** | «Поезд»  «Слоны и мышки» | «Лягушата и жучок» | «Самолеты» | «Догоните мячики»  «Бегите за мячиком» |  | «Ветер» |
| **Январь** | «Дойди до зайчика»  «Идем в лес» | «Белочки» | «Домики» | «Покатился мячик мой»  «Воротца» | «Лесные звери» | «Радуга улыбается» |
| **Февраль** | «Пятки носочки»  «Идем по лесенке» | «Ловкие котята» | «Кошка мышек сторожит» | «Прокати мяч по скамейке»  «Лови и бросай – упасть не давай!» |  | «Корова мычит» |
| **Март** | «По мостику»  «По ровненькой дорожке» | «Допрыгни до игрушки» | «У медведя во бору» | «Брось и догони»  «Деревья большие и маленькие» | «Самолетик-самолет» | «Солнышко-луна» |
| **Апрель** | «Найди игрушку»  «Непослушный котенок» | «Цирковые лошадки» | «Гуси, гуси» | «Едем на машине»  «Дорожка из обручей» |  | «Пыхтим, как ежики» |
| **Май** | «Игрушки заблудились»  «Займи свой домик» | «Лягушка, лягушата» | «Прогулка по лесу»  «Гуси и коршуны» | «Пролезь в норку»  «Обезьянки» | «Чудесный сундучок» | «Ветер» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Средняя группа** | **Подготовительная к школе группа** |
| **Сентябрь** | «У медведя во бору»  «Юрта» | «Катание мяча»  «Гуси-лебеди» |
| **Октябрь** | «Пчелка и ласточки»  «Мяч по кругу» | «Жмурки»  «Заря-зарница» |
| **Ноябрь** | «Юрта»  «Стадо» | «Игра с платочком»  «Птицелов» |
| **Декабрь** | «Лисичка и курочки»  «Пчелка и ласточки» | «Заря-зарница»  «Жмурки» |
| **Январь** | «Стадо»  «У медведя во бору» | «Медный пень»  «Охота на лося» |
| **Февраль** | «Лисичка и курочки»  «Мяч по кругу» | «Липкие пеньки»  «Хищник в норе» |
| **Март** | «Продаем горшки»  «Гуси-лебеди» | «Палка-кидалка»  «Догонялки» |
| **Апрель** | «Рыбки»  «Продаем горшки» | «Займи место»  «Раю-раю» |
| **Май** | «Гуси-лебеди»  «Рыбки» | «Ловишки»  «Луна и солнце» |

***Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий:***

В основу реализации комплексно-тематического принципа построения Программы положен примерный перечень событий (праздников), который обеспечивает:

- «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности;

- социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;

- поддержание эмоционально - положительного настроя ребенка в течение всего периода освоения Программы;

- технологичность работы педагогов по реализации Программы (годовой ритм: подготовка к празднику – проведение праздника, подготовка к следующему празднику – проведение следующего праздника и т.д.);

- многообразие форм подготовки и проведения праздников;

- выполнение функции сплочения общественного и семейного дошкольного образования (**включение в праздники и подготовку к ним родителей воспитанников**);

- основу для разработки части основной общеобразовательной программы дошкольного образования, формируемой участниками образовательного процесса, так как примерный календарь праздников может быть изменен, уточнен и (или) дополнен содержанием, отражающим: 1) видовое разнообразие учреждений (групп), наличие приоритетных направлений деятельности; 2)специфику социально-экономических, национально-культурных, демографических, климатических и других условий, в которых осуществляется образовательный процесс.

**Перечень событий (праздников) для детей с 3 до 7 лет**

\*Реализация части, формируемой участниками образовательного процесса. Отражение специфики национально – культурных, демографических, климатических условий.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц: | Тема события (праздников): | Подтемы (по неделям) | Итоговые мероприятия: |
| Сентябрь | «Осенние краски»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\* | 1.«Осенняя пора очей очарованье…»\*  2.«Осень – погод перемен восемь»\*  3.«Осень запасиха – зима подбириха»\*  4.«Как лето со снопами, так осень с пирогами» | Физкультурный досуг «Дары осени»  День здоровья «Осенние забавы»  Физкультурный досуг «Правила безопасности должен знать каждый» |
| Октябрь | \*«Край, в котором мы живем»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день, посвященный дню пожилого человека | 1.«Где родился, там и пригодился!»  2.«Улицы нашего города»  3.«Мастера Урала»  4.«Тайны малахитовой шкатулки» | Спортивный праздник «Главное богатство Урала»  День здоровья. Фестиваль подвижных игр народов Урала  Досуг «Азбука безопасности»  Спортивный праздник «Нам года – не беда» |
| Ноябрь | \*«Вся семья вместе и душа на месте»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день – 29.11. – Всемирный день приветствий | 1.«Это Я!»  2.«В семье дружат, живут не тужат!»  3.«Семейные традиции»  4.«Везде хорошо, а дома лучше!» - (город, село) | Развлечение «Я и моя семья»  День здоровья «На день здоровья всей семьей»  Спортивный праздник «Юные пожарные»  Досуг «День приветствий» |
| Декабрь | «Пришла волшебница зима»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\* | 1.«Зимние волшебные сказки»  2.«Зимние узоры»  3–4. «Новогодние хлопоты»\* - подготовка к Новому году. | Новогодний утренник |
| Январь | «Месяц январь – зимы государь» | 1.«Рождественские сказки»  2.«Коляда, Коляда, отворяй ворота!» | Спортивный праздник «Рождество» |
| Февраль | «Крепок телом – богат делом!»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день – День защитников Отечества (23.02.) | 1.«Путешествие в страну «Спортландия»  2.«Олимпийские кольца»  3.«Витаминная родня – дети солнечного дня!»\*  4.«Им доверила Отчизна дело мира, дело жизни!» | Развлечение «Двадцать маленьких ребят зашагали на парад»  День здоровья «Витаминки»  Семейный досуг «Наша армия родная» |
| Март | «Мир вокруг меня»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день, - посвященный международному женскому дню. | 1.«Хочу как мама!»\*  2.«Мы не будем ссориться!»  3.«У меня дома»\*  4.«Звенит капель…»\* | Утренник «Моя мама»  Эстафета «Друзья, в здоровом теле – здоровый дух!»  Досуг «Безопасный дом» |
| Апрель | «В Солнечном царстве Космическом государстве»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день – День Космонавтики (12.04.) | 1.«Солнечная семья»  2.«Эта удивительная планета Земля»  3.«Однажды ночью…»  4.«Зачем летают в Космос?» | Развлечение «Путешествие в космос»  День здоровья «Будем спортом заниматься, чтобы в Космос нам подняться!» |
| Май | «Миру – мир!»  День здоровья (каждый второй четверг месяца)\*  День безопасности (каждый третий четверг месяца)\*  Тематический день – День Победы (09.05.) | 1.«Народы Земли»  2.«За околицей уральские луга…»\*  3.«Месяц май – всё кругом расцветай!!!»\*  4.«У дружных дело спорится…» | Развлечение «Игры народов мира»  Спортивное развлечение «Майский праздник – День победы отмечает вся страна» |

## **3.8. Режим занятий**

***Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей***

***Режим занятий***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дни недели** | **Вторая группа раннего возраста** | **Средняя группа** | **Подготовительная группа** |
| **Понедельник** | Двигательная деятельность  9.00-9.10 | Двигательная деятельность  9.25-9.45 | Двигательная деятельность  9.50 - 10.20 |
| **Среда** | Двигательная деятельность  9.00-9.10 | Двигательная деятельность  9.25-9.45 | Двигательная деятельность  9.50 - 10.20 |
| **Пятница** | Двигательная деятельность  9.00-9.10 | Двигательная деятельность  9.25-9.45 | Двигательная деятельность  9.50 -10.20 |

***Структура организованных форм обучения***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Вид деятельности** | **Количество занятий**  **в неделю** | **Время проведения** |
| Вторая группа раннего развития | Занятие по физической культуре | 3 раза в неделю | 10 мин. |
| Средняя группа | Занятие по физической культуре | 3 раза в неделю | 20 мин. |
| Подготовительная группа | Занятие по физической культуре | 3 раза в неделю | 30 мин. |

**3.9. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания РП и обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов**

В целях совершенствования нормативных и научно-методических ресурсов РП запланирована следующая работа.

1. Разработка и публикация в электронном и бумажном виде:

– практических материалов и рекомендаций по реализации РП

2. Апробирование разработанных материалов в организациях, осуществляющих образовательную деятельность на дошкольном уровне общего образования.

3. Обсуждение разработанных нормативных, научно-методических и практических материалов с Участниками совершенствования рабочей программы, в т. ч. с учетом результатов апробирования, обобщение материалов обсуждения и апробирования.

4. Внесение корректив в рабочую программу, разработка рекомендаций по особенностям ее реализации и т. д.

5.Регулярное научно-методическое консультационно-информационное сопровождение Организаций, реализующих рабочую программу.

## **3.10. Перечень нормативных и нормативно-методических документов**

***Нормативные документы***

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.─ ООН 1990.

2 .Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: ─ Режим доступа: pravo.gov.ru..

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].─ Режим доступа:<http://government.ru/docs/18312/>.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации  
от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. – 2013. – 19.07(№ 157).

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации  
от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от6 октября 2009 г.  
№ 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).

12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).

13. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)

14. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – № 7.

15. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

**Краткая презентация программы**

Рабочая программа разработана с учётом:

- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее по тексту ФГОС ДО);

- Примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

Рабочая программа направлена на:

- создание условий для физического развития, сохранения, укрепления здоровья каждого ребенка МБДОУ, его сознательного отношения к собственному здоровью.

- формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

Рабочая программа рассчитана на 1 год.

Рабочая программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русский.

Рабочая программа определяет содержание и организацию физической деятельности и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Рабочая программа включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Часть, формируемая участниками образовательных отношений разработана с учетом программы О.В.Толстиковой «Мы живем на Урале». Одним из важных условий реализации ООПДО является взаимодействие с семьей: дети, воспитатели, родители, администрация – главные участники педагогического процесса.