

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 9 «ДЮЙМОВЧКА»

Принято
на педагогическом совете
МКДОУ Детский сад № 9
«Дюймовочка»
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.



Утверждаю
Заведующий МКДОУ
Детский сад № 9 «Дюймовочка»
Ермакова С. Н.

от «29» августа 2024 г.

Рабочая программа по физическому развитию
совместной деятельности педагога с детьми
дошкольного возраста от 3 до 7 лет
(младшая, средняя, старшая и подготовительная к школе группа)
составлена на основе примерной образовательной программы
дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией
Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой в соответствии с
требованиями ФГОС ДО
(срок реализации Программы 2023-2024 учебный год)

Инструктор по физической культуре
Сухова Ольга Викторовна

с. Родыки, 2023 г.

Содержание

Целевой раздел.....	3
Пояснительная записка.....	3
Цель и задачи программы в образовательной области Физическое развитие.....	5
Целевые ориентиры	11
Содержательный раздел.....	15
Формы, способы, методы и средства реализации программы.....	16
Учебный план реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования дошкольными подразделениями	17
Схема организации работы по взаимодействию с другими участниками образовательного процесса.....	18
План работы по взаимодействию с семьей, социумом.....	19
Основные задачи работы с родителями.....	19
Комплексно-перспективное планирование по возрастным группам.....	19
Планирование. Досуги и развлечения.....	46
Организационный раздел.....	47
Организация предметно-развивающей среды.	47
Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.....	60

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей МКДОУ Детский сад № 9 «Дюймовочка» разработана в соответствии с примерной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2016 г., в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

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

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (п.2.6.ФГОС ДО).

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ
- Конвенция о правах ребенка
- Закон РФ «Об образовании» от 29.12.12 г. № 273-ФЗ
- Типовое положение о ДОУ
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы в дошкольных учреждениях 2.4.1.3049-13 от 30.07.2013г .№58
- Устав ДОУ
- ФГОС ДО

Цель и задачи реализации Программы

Цель:

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

Задачи (обязательная часть):

1. Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном развитии каждого ребенка.
2. Создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству.
3. Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса.
4. Творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса.
5. Вариативность использования образовательного материала, позволяющего развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка.
6. Уважительное отношение к результатам детского творчества.

7. Единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

8. Соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивая отсутствие давления предметного обучения.

Задачи ДООУ:

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2. Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;

3. Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром.

Принципы и подходы в организации образовательного процесса

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).

4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.

5. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра)

9. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития и образования детей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.

Возрастные и индивидуальные особенности детей всех возрастных групп

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

3-х летний ребенок владеет основными жизненно важными *движениями* (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

К 7 годам 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 более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими *навыками* и понимает их необходимость.

Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО.

Физическая культура по своему интегрирует со всеми образовательными областями: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

- Социально-коммуникативное развитие:

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и

лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

- **Познавательное развитие:**

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

- **Речевое развитие**

Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

- **Художественно-эстетическое развитие:**

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

Планируемые результаты освоения Программы (в виде целевых ориентиров)

Целевые ориентиры в раннем возрасте

К трем годам ребенок:

Проявляет настойчивость в достижении результата своих действий.

Стремится к общению и воспринимает смыслы в различных ситуациях общения со взрослыми, активно подражает им в движениях и действиях, умеет действовать согласованно.

В короткой игре воспроизводит действия взрослого, впервые осуществляя игровые замещения.

С удовольствием двигается – ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы

К семи годам:

У ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными 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.

Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

2. Содержательный раздел

Учебный план реализации Программы

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю
	15 мин /45 мин	20 мин/60 мин	25 мин/75 мин	30 мин/90 мин

Организация двигательного режима в МКДОУ Детский сад № 9 «Дюймовочка»

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность		6 часов в неделю	8 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8- 10 минут	10- 12 минут
Дозированный бег		3-4 минуты	5-6 минут	7-8 минут
Упражнения после дневного сна	5- 10 минут	5- 10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Подвижные игры	не менее 2-4 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15- 20 минут
Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			

		8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно			
Спортивные развлечения	1-2 раза в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30- 40 минут
Спортивные праздники	2 раза в год			
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
День здоровья	2 раза в год			
Неделя здоровья	1 раз в год			
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Модель двигательного режима в МКДОУ Детский сад № 9 «Дюймовочка»

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 10- 12 минут
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
3.	Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
6.	Прогулки-походы в парк	1- 3 раза в квартал, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных игр и упражнений
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.

8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
9.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (в старшей и подготовительной группах – одно на воздухе). Длительность- 15- 30 минут
10.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
11.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
12.	Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной - двух групп
13.	Физкультурный досуг	2- 3 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения
14.	Физкультурно-спортивные праздники	1- 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность - не более 30 мин.
15.	Спартакиады вне детского сада	Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности
16.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раза в неделю, длительность 25- 30 мин

Здоровьесберегающие технологии, используемые в МКДОУ Детский сад № 9 «Дюймовочка»

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	контрастное обливание ног	Средняя, старшая подготовительная ежедневно
3.	сухое обтирание	Средняя, старшая подготовительная ежедневно
4.	ходьба босиком	Все группы ежедневно

5.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	витамиотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминоизация 3-х блюд	ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
	<i>Медицинские</i>	
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	организация и контроль питания детей	ежедневно
	<i>Физкультурно-оздоровительные</i>	
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие)	ежедневно
2.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
3.	дыхательная гимнастика	ежедневно
4.	динамические паузы	ежедневно
5.	релаксация	2-3 раза в неделю
6.	музотерапия	ежедневно
7.	сказкотерапия	ежедневно
	<i>Образовательные</i>	
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно

2.1. Особенности образовательной деятельности

Образовательная деятельность с детьми младшего возраста (3-4 года)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построении.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучение хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Образовательная деятельность с детьми среднего возраста (4-5 года)

Формировать правильную осанку.

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

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

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

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

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

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

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

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

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

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.

Образовательная деятельность с детьми старшего возраста 5-6 лет

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ориентировать в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнований, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Образовательная деятельность с детьми подготовительной к школе группы 6-7 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 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 оценить свои результаты и результаты товарищей.

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

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.

Формы, способы, методы и средства реализации программы

Формы организации работы с детьми

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
1. Основные движения: ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения. 2. Общеразвивающие упражнения 3. Подвижные игры 4. Спортивные упражнения	3-5 лет, Младшая/ средняя группы	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующее В НОД по физическому воспитанию: - тематические комплексы - сюжетные - классические - с предметами - подражательный комплекс Физ. минутки Динамические паузы	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - сюжетно-игровая - тематическая - полоса препятствий Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: - коррекционная - оздоровительная - сюжетно-игровая - полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения	Игра Игровое упражнение Подражательные движения

5. Активный отдых			Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.)	
6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ		Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения	Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал	Сюжетно-ролевые игры
1. Основные движения: - ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения. 2. Общеразвивающие упражнения	5-7 лет, старшая/подгот. к школе группа	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующее - по развитию элементов двигательной креативности (творчества) В занятиях по физическому воспитанию: - сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ. минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - игровая - полоса препятствий - музыкально-ритмическая - аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход (подгот. гр.) Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна - оздоровительная - коррекционная - полоса препятствий Физкультурные упражнения	Игровые упражнения Подражательные движения

3.Подвижные игры		игр	Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения	
4.Спортивные упраж- нения			Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья	
5.Спортивные игры				
6.Активный отдых		Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья	Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализован- ные игры.	Дидактические, сю- жетно-ролевые игры
7. Формирование начальных представле- ний о ЗОЖ				
Образовательная область	Формы взаимодействия с семьями воспитанников			
Физическое разви- тие	1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персона- лом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами. 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка. 3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направлен- ной на укрепление их здоровья. 4. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье: ➤ Зоны физической активности, ➤ Закаливающие процедуры, ➤ Оздоровительные мероприятия и т.п. 5. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. 6. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 7. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей. 8. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма. 9. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения пред-			

	ставлений родителей о формах семейного досуга. 10. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОО с медицинскими учреждениями. 11. Организация консультативного пункта для родителей в ДОО для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка. 12. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей. 13. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО. 14. Взаимодействие с МКОУ СОШ №9 по вопросам физического развития детей. 15. Определение и использование здоровьесберегающих технологий. 16. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОО, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОО и уважению педагогов.
--	---

Способы обучения

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.

Методы и приемы обучения

Общедидактические, наглядные	● Наглядно-зрительные (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры, схемы). ● Наглядно-слуховые (музыка, песни). ● Тактильно-мышечные (непосредственная помощь педагога).
Вербальные	Объяснения, пояснения, указания. ● Подача команд, распоряжений, сигналов.

	• Вопросы к воспитанникам. • Образный сюжетный рассказ, беседа. • Словесная инструкция
Практические	• Повторение упражнений • Проведение упражнений в игровой форме • Проведение упражнений в соревновательной форме
Информационно-рецептивный	Характеризуется взаимосвязанностью и взаимозависимостью действий педагога и воспитанника
Репродуктивный	Предусматривает воспроизведение воспитанником продемонстрированных взрослым (сверстником) способов двигательных действий.
Метод проблемного обучения	Предусматривает постановку перед воспитанником проблемы и предоставления ему возможности самостоятельного решения путем тех или иных двигательных действий

Средства двигательной активности.

Для решения задач физического воспитания дошкольников используются различные **средства**: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и др. Комплексное использование всех этих средств разносторонне воздействует на организм, способствует физическому воспитанию детей.

Гигиенические факторы играют важную роль в физическом воспитании.

Они включают в себя режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиену одежды, обуви, уборку групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий.

Здоровье человека невозможно без правильного, научно обоснованного, полноценного питания. От этого зависит функционирование желудочно-кишечного тракта, энергообмен в организме. Ребенок, получающий нормальное питание, растет и развивается правильно, гармонично.

Достаточно длительный, здоровый сон обеспечивает отдых и повышает работоспособность нервной системы.

Правильное освещение, соответственно подобранная мебель предупреждают заболевания глаз, нарушение осанки.

Соблюдение режима дня и двигательная активность приучают ребенка к организованности, дисциплинированности, готовности и в дальнейшем, в школе, соблюдать режим работы и отдыха.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) повышают функциональные возможности и работоспособность организма.

Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции. Использование природных факторов в сочетании с физическими упражнениями повышает обменные процессы, приспособительные и защитные функции организма ребенка.

Физические упражнения – элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития.

Способы и направления поддержки детской инициативы

Возраст	Приоритетная сфера инициативы	Деятельность педагога по поддержке детской инициативы
3-4 года	Продуктивная деятельность	Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого воспитанника Рассказывать воспитанникам об их реальных, а также возможных в будущем достижениях Отмечать и публично поддерживать любые успехи воспитанников Поощрять самостоятельность воспитанников и расширять ее сферу Помогать воспитаннику найти способ реализации собственных поставленных целей Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости В ходе ООД и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям воспитанника, позволять ему действовать в своем темпе Не критиковать результаты деятельности воспитанников, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи. Ограничить критику только результатами продуктивной деятельности. Учитывать индивидуальные особенности воспитанников, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным воспитанникам. Уважать и ценить каждого воспитанника независимо от его достижений, достоинств и недостатков. Создавать в группе положительный эмоциональный микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем воспитанникам: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к воспитаннику; проявлять деликатность и тактичность.
4-5 лет	Познание окружающего мира	Поощрять желание воспитанника строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальному труду. Создать условия и поддерживать театрализованную деятельность воспитанников, их стремление переодеваться («рядиться») Обеспечить условия для музыкальной импровизации, пения и движений под популярную музыку. Создать в группе возможность, используя мебель и ткани, строить «дома», укрытия для игр. Негативные оценки можно давать только поступкам воспитанника и только один на один, а не на глазах у группы.

		Недопустимо диктовать воспитанникам, как и во что они должны играть; навязывать им сюжет игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими воспитанниками деятельность. Участие взрослого в играх воспитанников полезно при выполнении следующих условий: воспитанники сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют воспитанники, а не педагог; характер исполнения роли также определяется воспитанниками. Привлекать воспитанников к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения. Побуждать воспитанников формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого. Привлекать воспитанников к планированию жизни группы на день.
5-6 лет	Внеситуативно-личностное общение	Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем воспитанникам: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к воспитаннику. Уважать индивидуальные вкусы и привычки воспитанников. Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание воспитанников на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, папе, бабушке, другу). Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности воспитанников. При необходимости помогать воспитанникам в решении проблем организации игры. Привлекать воспитанников к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.п. Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности по интересам.
6-7 лет	Научение	Вводить адекватную оценку результата деятельности воспитанника с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта. Спокойно реагировать на неуспех воспитанника и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.п. Рассказывать воспитанникам о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности. Создавать ситуации, позволяющие воспитаннику реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.

		Обращаться к воспитанникам с просьбой показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого. Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами. Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности. При необходимости помогать воспитанникам в решении проблем при организации игры. Привлекать воспитанников к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания и предложения. Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности воспитанников по интересам.
--	--	---

2.4. Организация работы по взаимодействию с другими участниками образовательного процесса.

Взаимодействие со специалистами.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. воспитатель интегрирует образовательную область

«Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«**Здоровье**» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных

мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«**Труд**» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«**Познание**» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Музыка воздействует: на эмоции детей;

создает у них хорошее настроение;

помогает активировать умственную деятельность;

способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;

освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;

привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

-Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);

-Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;

-Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие с семьями воспитанников

Месяц Группа	Сентябрь	Ноябрь	Январь	Март	Май
Младшая	Анкетирование на общем родительском собрании на тему: «Как стать крепким и здоровым»	Консультация «Польза и правила закаливания ребёнка»	Беседа на тему: «Роль режима дня в воспитании детей».	Консультация по теме: «Особенности физического развития детей».	Доклад на общем родительском собрании по теме: «Развитие творческих способностей, креативности у детей дошкольного возраста в подвижных играх и физических упражнениях»
Средняя		Рекомендации для родителей: «Как правильно одеваться на занятия физической культуры».	Консультация: «Подвижные игры и их значение в развитии ребёнка».	Беседа: «Игры и упражнения для профилактики плоскостопия у детей дошкольного возраста»	
Старшая		Беседа: «Обучение детей основным видам движения».	Консультация: «Роль семьи в физическом воспитании ребёнка».	Рекомендации для родителей: «Преемственность детского сада и семьи по физическому воспитанию».	
Подготовительная		Беседа: «Польза утренней гимнастики»	Консультация по теме: «Профилактика плоскостопия».	Консультация: «Здоровые дети - в здоровой семье».	

Планирование работы с воспитателями по физическому воспитанию и развитию

детей дошкольного возраста

Октябрь	Декабрь	Февраль	Апрель	Июнь	Август
Консультация: «Использование нестандартного оборудования для повышения двигательной активности детей»	Доклад на педсовете: «Поиск эффективных мероприятий по укреплению здоровья дошкольников»	Беседа: «Подвижные игры для детей на свежем воздухе»	Доклад на педсовете: «Характеристика здоровьесберегающей технологии»	Консультация: «Закаливание детей в летний оздоровительный период»	Консультация: «Организация физкультурных уголков в групповых комнатах»

Планирование бесед с детьми по физическому воспитанию

Месяц Группа	Сентябрь	Ноябрь	Январь	Март	Май
Младшая	Беседа «Начальное ознакомление детей со спортом»	Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!»	1. Беседа: «Зимние виды спорта» 2. Беседа: «Как убе-речься от просту-ды»	Беседа: «Как нужно ухаживать за со-бой?» Беседа: «Красивая осанка»	1. Беседа: «Для чего нужно закаляться?» 2. Беседа: «Летние виды спорта» 3. Беседа: «Осто-рожно, лето»
Средняя	Беседа: «Я и моё тело»	Беседа: «Польза утренней гимнасти-ки»			
Старшая					
Подготовительная					

3. Организационный раздел

Организация двигательного режима

Формы организации двигательной деятельности

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. **Традиционная** форма (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
2. **Тренировочная** форма (повторение и закрепление определенного материала);
3. **Игровая** форма (подвижные игры, игры-эстафеты);
4. **Сюжетно-игровая** форма (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
5. Форма занятия **с использованием тренажеров** (спортивная стенка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);
6. **По интересам**, на выбор детей (мячи, обручи, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: на утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
	б) на улице	1 раз в неделю 15-20 мин	1 раз в неделю 20-25 мин	1 раз в неделю 25-30 мин	1 раз в неделю 30-35 мин
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 5-6 мин
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 25-30 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 30- 40 мин

	в) физкультминутки в середине статического занятия	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 30-45мин	1 раз в месяц 40 мин
	б) физкультурный праздник	-	2 раза в год до 45 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы

№ п/п	Мероприятие	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей.	Все	3 раза в год (в октябре и в апреле)	врач, инструктор по физической культуре, воспитатели групп
Двигательная активность				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
2.	Физическое развитие и здоровье: 1) в зале/группе; 2) на улице.	Все группы	3 раза в неделю: 1) 2 раза; 2) 1 раз.	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
4.	Спортивные игры (футбол, баскетбол, эстафеты)	Старшая и подготовительная группы	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
5.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
6.	Физкультурные праздники	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
7.	День здоровья	Все группы	1 раз в квартал	Инструктор по физической культуре, муз. руководитель, воспитатели групп
Закаливание				
1.	Воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
2.	Ходьба по массажным дорожкам	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
3.	Облегченная одежда	Все группы	В течение дня	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
4.	Мытьё рук, лица, шеи, прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели групп

Режим дня в холодный период (сентябрь – май)
МКДОУ Детский сад № 9 «Дюймовочка»

Группа Деятельность	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготови- тельная группа
Приём детей, свобод- ная игра, самостоя- тельная деятельность	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30
Подготовка к завтра- ку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Непосредственно об- разовательная дея- тельность	9.00 – 9.30	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.50
Игры, самостоятель- ная деятельность	9.30 – 10.30	9.40 – 10.35	9.50 – 10.40	10.00 – 10.45	–
2 завтрак	10.30 – 10.40	10.35 – 10.45	10.40 – 10.45	10.45 – 10.55	10.50 – 11.00
Подготовка к прогул- ке, прогулка	10.40 – 11.40	10.45 – 11.55	10.45 – 12.15	10.55 – 12.20	11.00 – 12.20
Возвращение с про- гулки, самостоятель- ная деятельность	11.40 – 12.00	11.55 – 12.20	12.15 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.35
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.40	12.20 – 12.50	12.30 – 13.00	12.30 – 13.00	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная дея- тельность	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Подготовка к полдни- ку, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.45	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40
Чтение художествен- ной литературы (еже- дневно), конструирование (1 раз в неделю)	15.50 – 16.05	15.50 – 16.05	15.45 – 16.05	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00
Игры, самостоятель- ная деятельность де- тей, НОД.	16.05 – 16.30	16.05 – 16.30	16.05 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30
Подготовка к прогул- ке, прогулка	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30
Уход детей домой	17.30	17.30	17.30	17.30	17.30

Режим дня на летний период (июнь – август)
МКДОУ Детский сад №9 «Дюймовочка»

Группа Деятельность	Вторая группа ран- него возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготови- тельная группа
Приём детей, свобод- ная игра, самостоя- тельная деятельность	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30
Подготовка к завтра- ку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Игры, самостоятель- ная деятельность	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
Подготовка к прогул- ке, прогулка*	9.30 – 11.00	9.30 – 11.00	9.30 – 11.00	9.30 – 11.00	9.30 – 11.00
2 завтрак (на прогулке)	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00
Возвращение с про- гулки, самостоятель- ная деятельность	11.00– 12.00	11.00– 12.20	11.00– 12.30	11.00– 12.40	11.00– 12.50
Подготовка к обеду, обед	12.00– 12.40	12.20– 12.50	12.30– 13.00	12.30– 13.00	12.35– 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40– 15.00	12.50– 15.00	13.00– 15.00	13.00– 15.00	13.00– 15.00
Постепенный подъём	15.00– 15.30	15.00– 15.30	15.00– 15.30	15.00– 15.30	15.00– 15.30
Подготовка к полдни- ку, полдник	15.30– 15.50	15.30– 15.50	15.30– 15.45	15.30– 15.40	15.30– 15.40
Чтение художествен- ной литературы (еже- дневно), конструиро- вание (1 раз в неделю)	15.50– 16.05	15.50– 16.05	15.45– 16.05	15.40– 16.00	15.40– 16.00
Игры, самостоятель- ная деятельность де- тей	16.05– 16.30	16.05– 16.30	16.05– 16.30	16.00– 16.30	16.00– 16.30
Подготовка к прогул- ке, прогулка	16.30– 17.30	16.30– 17.30	16.30– 17.30	16.30– 17.30	16.30– 17.30
Уход детей домой	17.30	17.30	17.30	17.30	17.30

*Длительность прогулки корректируется в соответствии с погодными условиями

**Расписание непосредственно образовательной деятельности по
физической культуре**

Понедельник	
1. Младшая группа 2. Подготовительная группа	9.25 – 9.40 10.20 – 10.50
Вторник	
1. Средняя группа 2. Старшая группа	9.00 – 9.20 9.35 – 10.00
Среда	
1. Младшая группа 2. Подготовительная группа	9.25– 9.40 10.20 – 10.50
Четверг	
1. Средняя группа 2. Старшая группа	9.00 – 9.20 9.35 – 10.00
Пятница	
1. Младшая группа (на прогулке) 2. Средняя группа (на прогулке) 3. Старшая группа (на прогулке) 4. Подготовительная группа (на прогулке)	9.00 – 9.15 9.30 – 9.50 10.00 – 10.25 10.35 – 11.00

Условия реализации рабочей Программы

Предметно-развивающая среда в детском саду необходима детям потому, что выполняет по отношению к ним информационную, стимулирующую и развивающую функции. Она не может существовать сама по себе, без детей и взрослых, которые меняют ее в соответствии со своими потребностями, интересами, целями и задачами взаимодействия. Эта среда должна строиться на основе ведущих принципов:

содержательно-насыщенной, развивающей;

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

Предметно-развивающая среда спортивного зала подобрана с учетом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, наполнена следующим оборудованием.

№ п/п	Наименование	количество	№ п/п	Наименование	количество
1.	Обруч	22	16.	Кегли	12
2.	Мяч баскетбольный	5	17.	Мяч резиновый бол.	12
3.	Мяч футбольный	3	18.	Мяч резиновый мал.	20
4.	Велотренажер	2	19.	Кольцеброс	1
5.	Батут	2	20.	Дуги для подлезания	7
6.	Силовой тренажер	2	21.	Флажки	30
7.	Беговая дорожка	2	22.	Погремушки	20
8.	Скамья наклонная	2	23.	Ориентиры	6
9.	Скакалка	23	24.	Кубики мал.	15
10.	Магнитофон	2	25.	Кубики бол.	12
11.	Щит баскетбольный	1	26.	Гимнастическая палка	20
12.	Спортивный канат	2	27.	Мяч пластмассовый	30
13.	Гимнастическая стенка	2	28.	Мат	2
14.	Гимнастическая скамья	4	29.	Доска для ходьбы	4
15.	Музыкальный центр «Samsung»	1	30.	Мешочки для метания	20

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

№ П/ П	Содержание основных мероприятий	Сроки проведения	Ответственный
1	Физкультурно-оздоровительное мероприятие «День здоровья»	сентябрь	Инструктор по физической культуре
2	«Папа, мама я – спортивная семья!»	октябрь	Инструктор по физической культуре
3	Музыкально-спортивные мероприятия, посвященные «День народного единства»	ноябрь	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
3	Музыкально-тематическое мероприятие, посвященное празднованию «Нового года»	декабрь	Музыкальный руководитель Воспитатели групп
4	«Масленичные гуляния»	февраль	Музыкальный руководитель Воспитатели групп
5	Музыкально-спортивные мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества «На защиту Родины!»	февраль	Инструктор по физической культуре Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
6	Музыкально-тематическое мероприятие, посвященное празднованию Международного женского дня в России «8 марта!»	март	Музыкальный руководитель. Воспитатели групп
	Музыкальные мероприятия «До свидания детский сад!»	май	Музыкальный руководитель Воспитатели групп

Культурно-досуговая деятельность

Основными видами культурно-досуговой деятельности являются физкультурно-массовые мероприятия: физкультурные досуги и праздники, дни здоровья.

Физкультурные досуги. Задачей физкультурного досуга является создание бодрого настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление возможности испытать удовольствие от двигательной деятельности, испытать радость от командных действий.

Физкультурный досуг не требует специальной подготовки, проводится во всех возрастных группах, как с одной группой, так и с группами детей, близких по возрасту. Проводится в обычной обстановке, с обычными атрибутами, как в помещении, так и на воздухе.

По содержанию могут быть различными:

- строится на хорошо знакомых играх и игровых упражнениях;
- строится на упражнениях в основных видах движений и спортивных упражнениях;
- строится в основном на играх-эстафетах типа «Веселые старты»;
- строится на элементах одной из спортивных игр;
- музыкально-физкультурный досуг.

В содержание досуга может быть введен сказочный персонаж или можно использовать занимательный сюжет. Следует использовать музыкальное сопровождение.

Физкультурные праздники. Это массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствующие пропаганде и приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

Содержание праздника составляют подвижные игры и спортивные упражнения, эстафеты, музыкально-ритмические движения, знакомые детям и обновленные путем введения неожиданных условий, необычных пособий, способов организации. В программу физкультурного праздника включаются также занимательные викторины и загадки. Содержание праздника во многом зависит от сезона, условий, в которых он проходит.

В праздники принимают участие дети всего дошкольного учреждения.

Праздники приобретают большое оздоровительное и воспитательное значение при условии насыщения их мероприятиями, в которых могут принимать активное участие все зрители.

Дни здоровья. Содействуют оздоровлению детей, предупреждению утомляемости.

Двигательный режим насыщается играми, музыкальными развлечениями, спортивными играми и упражнениями, соревнованиями, досугами, физкультурными занятиями, трудом в природе, художественным творчеством.

Месяц	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
сентябрь	«В гостях у зайки»	«Мои любимые игрушки»	«Весело играем»	«Королевство волшебных мячей»
	«Мой веселый, звонкий мяч»	«Прогулка в лес»	«Сбор урожая»	«Осенний огород»
октябрь	«Солнышко и дождик»	«Подарки осени»	«Осень в гости к нам пришла»	«Осеннее путешествие»
	«Что нам осень принесла»	«Поиски клада»	«Мы растем здоровыми»	«Веселые старты»
ноябрь	«Котята-шалунишки»	«Герои сказок»	«Олимпиада в мире животных»	«Зимовье зверей»

	«В гостях у птички - синички»	«Перелетные птицы»	«Как вернуть улыбку маме»	«Солнце-это мама милая моя»
декабрь	«Зимние забавы». «Новый год»	«Зимушка-зима» «Новый год»	«Зимняя сказка» «Новый год»	«Зимующие птицы» «Новый год»
январь	«Мы мороза не боимся» «Зимние катания	«Зимние забавы» «Путешествие в зимний лес»	«Малые олимпийские игры» «Зимние игры-соревнования»-досуг на улице	
февраль	«В гости к мишке» «Жили у бабуси...»	«Зов Джунглей» «Как папа!»	«Узнай сказочного героя» «Аты-баты, мы солдаты»	
март	«Что я маме подарю» «В гостях у солнышка»		«Мамин праздник» «Сто затей для 100 друзей»	«8 марта» «Как зима с весной встретились»
апрель	«Гномики» «Вышел зайка погулять»	«Веселый праздник» «Путешествие в страну дорожных знаков»		«Путешествие в космос» «Дорожные знаки - наши друзья»
май	«В гостях у Мухи-Цокотухи» Вечер подвижных игр		«Морское путешествие» «В гостях у солнышка»	«День победы» «Выпускной»

Перечень основных движений и подвижных игр и упражнений

Для детей младшего возраста (3-4 года)

Основные движения	
Ходьба	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.
Бег	Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).
Ползание, лазанье	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по

	лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).
Катание, бросание, метание	Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочерёдно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.
Групповые упражнения с переходами	Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.
Ритмическая гимнастика	Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.
Спортивные упражнения	
Катание на санках	Катание на санках друг друга, катание с невысокой горки.
Скольжение	Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.
Ходьба на лыжах	Ходьба по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.
Катание на велосипеде	Катание на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
Подвижные игры	
С бегом	«Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».
С подлезанием и лазаньем	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».
С бросанием и ловлей	«Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».
С прыжками	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».
На ориентировку в пространстве	«Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Для детей среднего возраста (4-5 года)

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. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по верёвке (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 (поочерёдно 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; подлезание под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролёта на другой вправо и влево).
Катание, бросание, ловля, метание	Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча 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.
Прыжки	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочерёдно) Прыжки через линию, поочерёдно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой.
Групповые упражнения с	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо,

переходами	налево, кругом; размыкание и смыкание.
Ритмическая гимнастика	Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.
Спортивные упражнения	
Катание на санках	Скатывание на санках с горки, торможение при спуске с неё, подъем с санками на гору.
Скольжение	Самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам.
Ходьба на лыжах	Передвижение на лыжах по лыжне скользящим шагом. Повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подъем на склон прямо ступающим шагом, полуёлочкой (прямо и наискось). Ходьба на лыжах на дистанцию до 500 м.
Игры на лыжах	«Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»
Катание на велосипеде	Катание на трёхколёсном и двухколёсном велосипедах по прямой, по кругу. Повороты направо и налево.
Подвижные игры	
С бегом	«Самолёты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».
С ползанием и лазаньем	«Пастух и стадо», «Перелёт птиц», «Котята и щенята»
С бросанием и ловлей	«Подбрось поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».
С прыжками	«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»
На ориентировку в пространстве, на внимание	«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки».
Народные игры	«У медведя во бору».

Для детей старшего возраста (5-6 года)

Основные движения	
Ходьба	Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, верёвке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.
Бег	Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость. 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком,

	приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.
Ползание, лазанье	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролёта на другой, пролезание между рейками.
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперёд другая назад), продвигаясь вперёд (на расстояние 3-4 м) Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см) Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).
Бросание, ловля, метание	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд), одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз), бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, с груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперёд (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.
Групповые упражнения с переходами	Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперёд, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.
Ритмическая гимнастика	Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.
Спортивные упражнения	
Катание на санках	Катание друг друга на санках, катание с горки по двое. Выполнение поворотов при спуске.
Скольжение	Скольжение по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.
Ходьба на лыжах	Ходьба на лыжах скользящим шагом. Повороты на месте и в движении. Подъём на горку лесенкой, спуск с неё в низкой стойке. Ходьба на лыжах в медленном темпе на дистанцию 1-2 км.
Игры на лыжах	«Кто первый повернётся?», «Слалом», «Подними», «Догонялки»
Катание на велосипеде и самокате	Самостоятельное катание на двухколёсном велосипеде по прямой, повороты налево и направо. Катание на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры	
Городки	Бросание бит сбоку, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 3-4 фигурами. Выбивание городков с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).
Элементы баскетбола	Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, ведение мяча правой, левой рукой. Бросание мяча в корзину двумя руками от груди.
Бадминтон	Отбивание волана ракеткой, направляя его в определённую сторону. Игра в паре с воспитателем.
Элементы футбола	Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча вокруг предметов; закатывание в лунки, ворота; передача ногой друг другу в парах, отбивание о стенку несколько раз подряд.
Элементы хоккея	Прокатывание шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывание её в ворота. Прокатывание шайбы друг другу в парах.
Подвижные игры	
С бегом	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру» «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц»
С прыжками	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»
С ползанием и лазаньем	«Кто скорее доберётся до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье»
С метанием	«Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо»
Эстафеты	«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?»
Народные игры	«Гори, гори ясно!» и др.

Для детей старшего возраста – на пороге школы (6-7 года)

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 вперёд и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. 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. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, верёвки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по верёвке (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 колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, 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; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролёта на пролёт 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 вперёд 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, верёвку вперёд 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 ребёнка, 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 вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд 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 «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; замыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.
Ритмическая гимнастика	Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Спортивные упражнения	
Катание на санках	Во время спуска на санках с горки поднимание заранее положенного предмета (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнение разнообразных игровых заданий (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот) Участие в играх-эстафетах с санками.
Скольжение	Скольжение с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скольжение с невысокой горки.
Ходьба на лыжах	Ходьба скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходьба попеременным душком (с палками). Ходьба на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-3 км в медленном темпе. Повороты переступанием в движении. Подъем на горку лесенкой, ёлочкой. Спуск с горки в низкой и высокой стойке, торможение.
Игры на лыжах	«Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.
Катание на коньках	Самостоятельное надевание ботинок с коньками Сохранение равновесия на коньках (на снегу, на льду). Правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Пружинистые приседания из исходного положения. Скольжение на двух ногах с разбега. Повороты направо и налево во время скольжения, торможения. Скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Катание на коньках по прямой, по кругу сохраняя при этом правильную позу.
Игры на коньках	«Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.
Катание на велосипеде и самокате	Катание на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободное катание на самокате
Игры на велосипеде	«Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.
Спортивные игры	
Городки	Бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 4—5 фигурами. Выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
Элементы баскетбола	Передавание мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди в движении. Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
Бадминтон	Перебрасывание волана на сторону партнёра без сетки, через сетку (правильно держа ракетку) Свободное передвижение по площадке во время игры.
Элементы футбола	Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.
Элементы хоккея	(без коньков — на снегу, на траве). Ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы. Прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой. Ведение шайбы клюшкой вокруг пред-

	метов и между ними. Забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадание шайбой в ворота, удары по шайбе с места и после ведения.
Элементы настольного тенниса	Выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом: подбрасывание и ловля мяча одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку) Поддача мяча через сетку после его отскока от стола.
Подвижные игры	
С бегом	«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чьё звено скорее соберётся?», «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 ползанием и лазаньем	«Перелёт птиц», «Ловля обезьян».
С метанием и ловлей	«Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом»
Эстафеты	«Весёлые 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.»

Программно- методическое обеспечение образовательного процесса

№	Наименование
1	Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М. А. Васильева, Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2016 г.
2	Т. К. Ишинбаева, Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 2-7 лет, Учитель, 2011.
3	Я. В. Васильева, Развиваем малыша с пелёнок. Основные методики. Аргумент Принт, 2013.
4	Ю. А. Афонькина, Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности, «Учитель», 2016.
5	В. Н. Мезенцева, О. П. Власенко, Комплексно-тематическое планирование по программе «От рождения до школы», «Учитель», 2011, 2015.
6	Ю. А. Афонькина, Комплексная оценка результатов освоения программы «От рождения до школы», «Учитель», 2012.
7	А. В. Дронь, О. Л. Данилюк, Взаимодействие ДООУ с родителями дошкольников. Программа «Ребёнок-педагог-родитель», «Детство-Пресс», 2011.
8	Н. А. Атарщикова, И. А. Осина, Е. В. Горюнова, Перспективное планирование воспитательно - образовательного процесса по программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, «Учитель», 2012.
9	Л. И. Пензулаева, Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики, «Мозаика-Синтез», 2010.
10	А. В. Дронь, О. Л. Данилюк, Взаимодействие ДООУ с родителями дошкольников. Программа «Ребёнок-педагог-родитель», «Детство-Пресс», 2011.

11	Л. И. Пензулаева, Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий, «Мозаика-Синтез», 2010.
12	Н. А. Атарщикова, И. А. Осина, Е. В. Горюнова, М. Н. Павлова, Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса по программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, «Учитель», 2012.
13	Т. И. Кандава, И. А. Осина, Е. В. Горюнова, М. Н. Павлова, Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса по программе «От рождения до школы» под редакцией под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, «Учитель», 2013.
14	Т. И. Кандава, И. А. Осина, Е. В. Горюнова, М. Н. Павлова, Развёрнутое перспективное планирование по программе под редакцией М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой, «Учитель», 2012, 2013.
15	Т. И. Кандава, И. А. Осина, Е. В. Горюнова, М. Н. Павлова, Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса по программе «От рождения до школы» под редакцией под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, «Учитель», 2013.
16	О. Н. Моргунова, Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ, «Учитель», 2005.
17	Е. Н. Вавилова, Развитие основных движений у детей 3-7 лет (система работы), Издательство Скрипторий 2003», 2008.
Электронные ресурсы	
18	Федеральная целевая программа развития образования, «Государственно-общественное управление как стратегическое направление развития современной дошкольной образовательной организации (сборник методических материалов)
19	Р. М. Литвинова, Ставрополье в солдатской шинели, 2015. Интерактивные и компьютерные технологии в воспитании, Опыт России и Белоруссии (компьютерные развивающие занятия для дошкольников), 2015.
20	Мониторинг развития детей 3-7 лет, «Учитель», 2015. Рабочая программа воспитателя (ежедневное планирование по программе «От рождения до школы», «Учитель», 2015.
21	Перспективное планирование образовательного процесса по программе «От рождения до школы», «Учитель», 2015.

3.8. Развернутое планирование организованной деятельности
РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОРГАНИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
МЛАДШАЯ ГРУППА
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни;
- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту*.

Целевые ориентиры образования**

- ☐ у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.);
- ☐ с интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели		Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы 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	«День знаний»	«Моя семья»	«Моё село, моя страна»	«Профессии»	Физическое развитие: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одно-

Сентябрь	Цели	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. <i>Подвижная игра</i> «Солнышко и дождик» Ходьба в колонне по одному	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра</i> «Догони меня» <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Моя семья»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. <i>Подвижная игра</i> «Быстро в домик» <i>Малоподвижная игра</i> «Каравай»	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. <i>Подвижная игра</i> «Автомобилисты» <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Молоток»	му; 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»; создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль; помогать детям доброжелательно общаться друг с другом.
Октябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю 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	«Овощи, фрукты»	«Осень»	«Осень»	«Я и моё тело»	<i>Физическое развитие:</i> 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, закреп-
	Цели	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры;	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном от-	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Раз-	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сиг-	

		развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Огуречик, огуречик...» <i>Считалочка</i> «Яблоко»	талкивании мяча при прокатывании друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Птички в гнездышках» <i>Считалочка</i> «Птички»	вивать ловкость в игровом задании с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Воробышки и кот» <i>Звуковое упр.</i> «Кто как кричит?»	налу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок?»	лять умение энергично отталкивать мячи при катании; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.
Ноябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю 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	«Неделя пожарной безопасности и ЧС)	«Домашние животные»	«Дикие животные»	«День матери»	<i>Физическое развитие:</i> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.
	Цели	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Бегите ко мне»	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая координацию движений; в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Курочка-хохлатка»	<i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в кото-

		<i>Дыхательные упражнения «Задуем свечу»</i>	прокатывании Мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. <i>Подвижная игра «Лохматый пёс»</i> <i>Логоритмика «Коза рогатая»</i>	ползании. <i>Подвижная игра «Зайка серый умывается»</i> И. м. п. «Найдём зайку»	<i>Малоподвижная игра «Где цыпленок?»</i>	рых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.
Де-кабрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я 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, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.					
	Тема	«Зима»	«Зима»	«Азбука вежливости»	«Новый год»	<i>Физическое развитие:</i> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. <i>Подвижная игра «Снег»</i> <i>Дыхательные упражнения «Снежинки»</i>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра «Два мороза»</i> <i>Логоритмика «Мороз»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. <i>Подвижная игра «Мы топаем ногами»</i> <i>Ходьба в колонне по одному.</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Дед Мороз»</i> <i>Логоритмика</i>	<i>Социально-коммуникативное развитие:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; развивать диалогическую форму речи.

					«Мороз»	
Январь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы 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, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой					
	Тема	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Наш быт»	«Одежда, обувь, головные уборы»	<i>Физическое развитие:</i> формировать умение ходить по два (парами), врассыпную, по наклонной доске, сохраняя равновесие, закреплять умение ползать, подлезать под препятствие, катать мяч; осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль; развивать инициативную речь детей о взаимодействиях со взрослыми и сверстниками.
	Цели	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. <i>Подвижная игра</i> «Мой весёлый звонкий мяч» <i>И. м. п. «Найди мяч»</i>	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. <i>Подвижные игры</i> «По ровненькой дорожке» <i>И. м. п. «Тишина»</i>	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик» <i>Логоритмика</i> «Тук-тук»	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой» <i>И. м. п. «Найдём мышонка»</i>	
Февраль	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.					

	Тема	«Транспорт и ПДД»	«Транспорт и ПДД»	«День защитника отечества»	«8 марта»	<i>Физическое развитие:</i> развивать навыки ходьбы и бега врассыпную, колонной по одному, с выполнением заданий, перешагиванием через предметы; навыки лазанья и ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, развивать ловкость, выразительность и красоту движений; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.
	Цели	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд. <i>Подвижная игра «Светофор»</i> И. м. п. «Поезд»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. <i>Подвижная игра «Ловкий шофёр»</i> Игровое задание «Машины поехали в гараж»	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i> <i>Ходьба «Солдаты»</i>	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии. <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i> <i>Логоритмика «Тишина»</i>	
Март	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы 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, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения					
	Тема	«8 марта»	«Народная культура и традиции»	Весна стучится к нам в окна.	«Неделя книги»	<i>Физическое развитие:</i> развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину,
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в со-	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную.	Развивать умение действовать по сигналу вос-	Развивать координацию движений в ходьбе и	

		хранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Мама спит» <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Моя семья»	Разучить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Вейся венок! Завивайся венок!» <i>Игровое упражнение</i> «Мишка косолапый»	питателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Солнышко и дождик» <i>Физминутка</i> «Солнце»	беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Дедушка Сысой» <i>Потешка</i> «Ай тари»	обучать хвату за перекладину во время лазанья, упражнять в ходьбе и беге парами, по кругу, в рассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы; осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления; формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями.
Апрель	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству					
	Тема	«Неделя здоровья»	«Покорители космоса»	«В гостях у сказки»	Животный мир весной.	<i>Физическое развитие:</i> формировать умение сохранять правильную осанку в положениях

	Цели	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Лягушки-попрыгушки», <i>Ходьба босиком по дорожкам здоровья.</i>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Мы космонавты» <i>Дыхательные упражнения</i> «Надуем воздушный шар»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой», <i>малоподвижная игра</i> «Где спрятался мышонок?»	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Воробышки и автомобиль» <i>Физминутка</i> «Лебёдушка»	сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках; закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя руками одновременно; закреплять умение ползать; формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим; на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.
Май	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы 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, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.					
	Тема	Праздник весны и труда.	День победы.	«Растительный мир»	Неделя здоровья.	<i>Физическое развитие:</i> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-
	Цели	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу вос-	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании	

		пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Мой веселый, звонкий мяч» <i>Физминутка</i> «Солнышко»	скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Огуречик, огуречик...», <i>Ходьба</i> «Солдаты»	питателя; в бросании мяча вверх и ловле его; в ползании по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет» <i>Физминутка</i> «Цветок»	по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет» <i>Дыхательные упражнения.</i>	стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика; развивать диалогическую форму речи; не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю <i>Безопасность:</i> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека.
--	--	--	---	---	---	---

РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДНЯЯ ГРУППА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы*:

- принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой.
- Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели		Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
Сен- тябрь	Планируемые результаты образовательной деятельности: владеет основными видами движений и выполняет команды «вперед, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице.					
	Тема	«День знаний»	«Моя семья»	«Моё село, моя страна»	Труд людей. Профессии.	<i>Физическое развитие:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> формировать навыки безопас-
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить	Учить детей энергично отталкиваться от пола и призем-	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врас-	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспи-	

		сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <i>Подвижная игра «Найди себе пару»</i> <i>Логоритмика «Пруд»</i>	латься на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра «Пробеги тихо»</i> <i>Пальчиковая гимнастика «Моя семья»</i>	сыпную; в прокатывании мяча, лазанье под шнур. <i>Подвижная игра «Удочка»</i> <i>Ходьба «Пойдём в гости»</i>	тателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра «Продавец»</i> <i>Физминутка «Малляр»</i>	ного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. <i>Познавательное развитие:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
Ок- тябрь	Планируемые результаты образовательной деятельности: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет танцевальные движения игры «Чудо-остров».					
	Тема	«Овощи, фрукты»	«Осень»	«Осень»	«Я и моё тело»	<i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики. <i>Речевое развитие:</i> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. <i>Познавательное развитие:</i> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить
	Цели	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. <i>Подвижная игра «Собери ягоды»</i>	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. <i>Подвижная игра «Воробушки и кот»</i> <i>Звуковое упражнение «Кто как кричит?»</i>	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра «Мы весёлые ребята»</i>	

Но- ябрь		«Посадка огорода»	<i>Подвижная игра</i> «Села птичка на окошко» <i>Считалочка</i> «Птичка»	<i>Подвижная игра</i> «Солнышко и дождик» <i>Логоритмика</i> «Ветер»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	музыкальные игры. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр.
	Планируемые результаты образовательной деятельности: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.					
	Тема	«Неделя пожарной безопасности и ЧС)	«Домашние животные»	«Дикие животные»	«День матери»	<i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <i>Речевое развитие:</i> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <i>Познавательное развитие:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.
Де- кабрь	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах. Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Самолёты» <i>Физминутка</i> «Самолёты»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, на носках, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Котята и щенята» <i>Логоритмика</i> «Гусь»	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками, повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк» И. м. п. «Найдём зайку»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. «У ребят порядок...» И. м. п. «Угадай по голосу»	
	Планируемые результаты образовательной деятельности: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.					
	Тема	Зима. Сезонные из-	Зима.	«Азбука вежливо-	«Новый год»	<i>Физическое развитие:</i> рассказывать

		менения		сти»		о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. <i>Речевое развитие:</i> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре; формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.
	Цели	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. <i>Подвижная игра «Снег»</i> <i>Дыхательные упражнения «Снежинки»</i>	Упражнять детей в перестроение в пары на месте, в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. Развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> «Зимушка-зима». Танцевальные движения.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. Повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра «Лиса в курятнике», Малоподвижная игра «Где спрятался цыплёнок»</i>	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. <i>Подвижная игра «Дед Мороз»</i> <i>Логоритмика «Мороз»</i>	
Январь	Планируемые результаты образовательной деятельности: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет ее соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учетом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.					
	Тема	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Наш быт»	«Одежда, обувь, головные уборы»	<i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. <i>Речевое развитие:</i> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить правильно подбирать
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной пло-	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. <i>Подвижная игра «Зайка беленький»</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять	

		щади опоры, повторить упражнения в прыжках. <i>Подвижная игра «Ловишки»</i> «Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	<i>И. м. п.</i> «Где спрятано?»	упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра «Лошадки»</i> <i>Пальчиковая гимнастика «Замок»</i>	умение правильно подлезать под шнур. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i> Ходьба в колонне по одному.	предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <i>Познавательное развитие:</i> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчета. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.
Февраль	Планируемые результаты образовательной деятельности: умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.					
	Тема	«Транспорт и ПДД».	«Транспорт и ПДД»	«День защитника отечества».	«8 марта»	<i>Физическое развитие:</i> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр; формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. <i>Познавательное развитие:</i> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди – сзади, сверху – внизу.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, повторить задание в прыжках. <i>Подвижная игра «Автомобили»</i> <i>И. м. п.</i> «Найди и промолчи»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «Самолёты»</i> <i>И. м. п.</i> «Тише едешь...»	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. <i>Подвижная игра «Мороз – Красный Нос»</i> <i>Малоподвижная игра «Прокати танк»</i>	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. <i>Подвижная игра «Ручеёк и озёра»</i> <i>Логоритмика «Мороз»</i>	
Март	Планируемые результаты образовательной деятельности: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с ме-					

	ста; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперед, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы».					
	Тема	«8 марта»	«Народная культура и традиции»	Весна стучится к нам в окна	«Неделя книги»	<i>Физическое развитие:</i> формировать навык оказания первой помощи при травме. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. <i>Речевое развитие:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <i>Познавательное развитие:</i> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, повторить упражнения в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра «Тише, мама спит»</i> <i>Пальчиковая гимнастика «Я пеку»</i>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную. <i>Подвижная игра «Ползунчик»</i> <i>Потешка «Ай тари»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра «Цветочки»</i> <i>Пальчиковая гимнастика «Цветок»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи», упражнять в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра «Бездомный заяц»</i> <i>И. м. п. «Эхо»</i>	
Апрель	Планируемые результаты образовательной деятельности: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счет и определенное количество раз.					
	Тема	«Неделя здоровья»	«Покорители космоса»	«В гостях у сказки»	Животный мир весной	<i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i>
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задан-	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; в метании	Упражнять в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	

		ния в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Огуречик, огуречик...» <i>Физминутка</i> «Солнце»	мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное и. п. в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Космонавты» <i>Дыхательные упражнения</i>	при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Козлята» <i>Физминутка</i> «Коза и козлёнок»	<i>Подвижная игра</i> «Перелёт птиц» «Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений.	<i>вигитие</i>: вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. <i>Речевое развитие</i>: подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Веселые лягушата», учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение.
Май	Планируемые результаты образовательной деятельности: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счета (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.					
	Тема	Праздник весны и труда	День победы	ПДД. Транспорт. Светофор, зебра	Неделя здоровья	<i>Физическое развитие</i>: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Удочка». <i>Физминутка</i> «Водичка»	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Самолёты» «Прокати танк»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. <i>Подвижная игра</i> «Светофор», <i>Физминутка</i> «Мы едем»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» <i>Логоритмика</i> «Мы спортсмены»	<i>Социально-коммуникативное развитие</i>: учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами; формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. <i>Речевое развитие</i>: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры.

**РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)
СТАРШАЯ ГРУППА
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, расширяются представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Это позволяет повысить требования к их выполнению, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, соперничать его успехам и неудачам; быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся 3 физкультурных занятия в неделю продолжительностью 30 минут. Одно из них организуется на прогулке.

К концу шестого года дети умеют*:

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см); в обозначенное место с высоты 30 см; в длину с места (не менее 80 см); с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); через короткую и длинную скакалку;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м);
- перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
- ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами;
- кататься на самокате;
- вести мяч (владеют школой мяча);
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
Сен- тябрь	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в по-				

движных играх «Мышонок» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					
Тема	«День знаний»	«Моя семья»	«Моё село, моя страна»	Труд людей. Профессии.	<i>Физическое развитие:</i> развитие физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности; формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения; 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. Формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься; развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <i>Познавательное развитие:</i> совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности. <i>Речевое развитие:</i> развитие свободного общения с взрослыми и детьми. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медлен-
Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра «Ловишки» (с ленточками)</i> И. м. п. «Затейники»	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. <i>Подвижная игра «Мы весёлые ребята»</i> <i>Пальчиковая гимнастика «Моя семья»</i>	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра «Удочка»</i> <i>Физминутка «Пруд»</i>	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая его за край, повторить упражнения в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра «Мы пожарные»</i> <i>Логоритмика «Дворник»</i>	

						ному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.
Ок- тябрь	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание прыжки со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель пролезание через три обруча, прыжки на двух ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижных игр, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					
	Тема	«Овощи, фрукты»	«Осень»	«Осень»	«Я и моё тело»	<i>Физическое развитие:</i> развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности. Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах. Формировать привычку помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений и убирать его на место; расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формирование потребности в здоровом образе жизни. Формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках. Развитие стремления заботиться о своем здоровье. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрение самостоятельной организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнований. <i>Речевое развитие:</i> развитие свободного общения с взрослыми и детьми. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> красивое, грациозное выполнение знакомых физи-
	Цели	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 мин; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра «Сбор картофеля»</i> <i>Логоритмика «Огород»</i>	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра «Перелёт птиц»</i> <i>Считалочка «Птички»</i>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. <i>Подвижная игра «Больная птица»</i> <i>Малоподвижная игра «Что изменилось?»</i>	Упражнять в ходьбе парами, в равновесии и в прыжках. Повторить лазанье в обруч. <i>Подвижная игра «Фигуры»</i> <i>И. м. п. «Угадай по голосу»</i>	

						ческих упражнений под музыку. Согласование ритма движения с музыкальным сопровождением.
Но- ябрь	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ходьба по канату, перебрасывание мяча друг другу, прыжки, игры в волейбол, перестроение в шеренгу, колонну); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх, в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					
	Тема	«Неделя пожарной безопасности и ЧС)	«Домашние животные»	«Дикие животные»	«День матери»	<i>Физическое развитие:</i> развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости; развитие глазомера. Формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрение проявления честности, справедливости в играх.
	Цели	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивать координацию движений; упражнять в перебрасывании мячей в шеренгах. <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» <i>Игровое задание</i> «Путешествие по России»	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, и ведении мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i>	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Зайчики»	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Пятнашки» <i>Малоподвижная игра</i> «Мама спит...»	

			«Гуси-лебеди» <i>Логоритмика</i> «Свинка»			
Де-кабрь	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу, лазание разными способами, перебрасывание мяча друг другу, ходьба по гимнастической скамейке); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					
	Тема	Зима.	Зима.	«Азбука вежливости»	«Новый год»	<i>Физическое развитие:</i> развивать умение лазать по гимнастической стенке произвольным способом, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Поощрять активное участие в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.
	Цели	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. <i>Подвижная игра «Два мороза» Физминутка «Снег»</i>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. <i>Подвижная игра «Мороз красный нос» И. м. п. «Снежинки»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра «Защити товарища» Дыхательные упражнения</i>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; в беге врассыпную, в лазанье на гимнастическую стенку, в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра «Дед мороз» Физминутка «Мороз»</i>	<i>Социально-коммуникативное развитие:</i> воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Январь	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ползание под дугами, пролезание в обруч, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, лазание, ходьба, прыжки, ведение мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх «Медведь и пчелы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики.					
	Тема	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Наш быт»	«Одежда, обувь, головные уборы»	<i>Физическое развитие:</i> поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о спортивной жизни страны. Поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> продолжать развитие игровой деятельности; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <i>Познавательное развитие:</i> развитие умения определять пространственные направления – вперед-назад, влево - вправо, вверх-вниз. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. <i>Речевое развитие:</i> развитие свободного общения с взрослыми и детьми.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>Логоритмика «Теремок»</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. <i>Подвижная игра «Ровным кругом»</i> <i>Малоподвижная игра «Сделай фигуру»</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. <i>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</i> <i>Логоритмика «Пила»</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. <i>Подвижная игра «Выше ноги от земли»</i> <i>И. м. п. «Одень куклу»</i>	
Февраль	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, (ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча, лазанье, ходьба, бег, прыжки, подбрасывание мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре, выпол-					

нении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики.					
Тема	«Транспорт и ПДД»	«Транспорт и ПДД»	Моя страна. Защитники отечества. Военная техника	«8 марта»	<i>Физическое развитие:</i> продолжать развивать психофизические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований. Продолжать работу по укреплению здоровья детей.
Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге до 1 мин; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. <i>Подвижная игра «Виды спорта»</i> <i>Малоподвижная игра «Сделай фигуру»</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. <i>Подвижная игра «Светофор»</i> <i>Логоритмика «Едем»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. <i>Подвижная игра «Пограничники и нарушители»</i> <i>Ходьба «Солдаты»</i>	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра «На цветочной полянке»</i> <i>Физминутка «Цветок»</i>	<i>Социально-коммуникативное развитие:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Познавательное развитие:</i> развитие сенсорики. <i>Речевое развитие:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развитие музыкального слуха – выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.
Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки из обруча в обруч, ходьба с перешагиванием, через набивные мячи, перебрасывание мячей, соответствующими возрасту основными движениями (прыжки в высоту с разбега, ползание на четвереньках, по скамейке, метание, ходьба в колонне, (ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, прыжки правым и левым боком, метание, подлезание под дугу, не касаясь руками); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики.					

Март	Тема	«8 марта»	«Народная культура и традиции»	«Весна»	«Неделя книги»	<i>Физическое развитие:</i> продолжать обогащать двигательный опыт детей. Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования. Развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Познавательное развитие:</i> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. <i>Речевое развитие:</i> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.
	Цели	Упражнять детей - в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. Разучить ходьбу по канату с мешочком на голове. <i>Подвижная игра «Затейники»</i> <i>И. м. п. «Соберём букет для мамы»</i>	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспыленную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>Потешка «Киска»</i>	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра «Ноги выше от земли»</i> <i>Массаж «Дождик»</i>	Упражнять детей в ходьбе с построением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. <i>Подвижная игра «Медведи и пчелы»</i> <i>Дыхательные упражнения</i>	
Апрель	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу, прокатывания мяча, пролезание в обруч, прыжки через скакалку, лазанье по гимнастической стенке, прыжки через скакалку, ходьба по канату боком приставным шагом); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет					

	гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики.				
	Тема	«Неделя здоровья»	«Покорители космоса»	«В гостях у сказки»	«Животный мир весной»
	Цели	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. <i>Подвижная игра «Виды спорта»</i> <i>Логоритмика «Мы спортсмены»</i>	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скалкой; упражнять в прокатывании обручей. <i>Подвижная игра «Космонавты»</i> <i>Игра малой подвижности «Сделаю фигуру»</i>	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра «Гуси-лебеди»</i> <i>Малоподвижная игра «Эхо»</i>	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. <i>Подвижная игра «Совушка»</i> <i>Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит»</i>
Май	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, прыжки, перебрасывание мяча, прыжки в длину с разбега, ползание по скамейке, метание, ходьба и бег между предметами и с поворотами, пролезание через три обруча, прыжки на двух ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики.				

	Тема	Праздник весны и труда	«День победы»	«Растительный мир весной»	Неделя здоровья	<i>Физическое развитие:</i> продолжать развитие психофизических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей, формирование у воспитанников потребности в двигательной активности. Расширять представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений. Продолжать приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и с взрослыми.
	Цели	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра «Мышеловка»</i> <i>Малоподвижная игра «Что изменилось»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному с перешагиванием через предметы; в перебрасывании мяча. Разучить прыжок в длину с разбега. <i>Подвижная игра «Третий лишний»</i> <i>Малоподвижная игра «Пограничники и нарушители»</i>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. <i>Подвижная игра «На прогулку в лес»</i> <i>И. м. п. «На полянке»</i>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; прыжки между предметами. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке, на животе. <i>Подвижная игра «Ровным кругом»</i> <i>Логоритмика «Мы спортсмены»</i>	

**РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.

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, развить самостоятельность.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям являются физкультурные занятия, которые состоят из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

Целевые ориентиры образования*:

- 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 исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следят за правильной осанкой;
- ходят на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимаются на горку и спускаются с нее, тормозят при спуске;
- участвуют в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели		Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
Сен- тябрь	Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние – 3 м) (<i>физическое развитие</i>); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (<i>речевое развитие, социально-коммуникативное развитие</i>).					
	Тема	«День знаний»	«Моя семья»	«Моё село, моя страна»	«Профессии»	<i>Физическое развитие:</i> 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. 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. Формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и
	Цели	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. <i>Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</i>	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставкой до предмета. Повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. <i>Подвижная игра «Фигуры»</i> <i>Пальчиковая гим-</i>	Упражнять детей 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. <i>Подвижная игра «Догони свою па-</i>	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. Эстафеты с мячом <i>Подвижная игра</i>	

		Малоподвижная игра «Великаны и гномы»	настика «Моя семья»	ру» Прослушивание гимна России	«Ловкий шофёр» Логоритмика «Маляр»	взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. Развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <i>Познавательное развитие:</i> совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности. <i>Речевое развитие:</i> развитие свободного общения со взрослыми и детьми. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.
Ок-тябрь	Ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (<i>физическое развитие</i>); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта (<i>познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие, физическое развитие</i>).					
	Тема	«Овощи, фрукты»	«Осень»	«Осень»	«Я и моё тело»	<i>Физическое развитие:</i> развивать умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование техники основных движений; поддерживать проявление интереса к физкультуре и спорту, отдельным
	Цели	Закреплять навыки ходьбы и бега между предмета-	Упражнять в ходьбе с изменением направления	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения.	

		ми; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра «Сбор картофеля»</i> <i>Логоритмика «Огород»</i>	движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра «Перелёт птиц»</i> <i>Считалочка «Птички»</i>	колен; повторить упражнения в ведении мяча, ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра «Охотники и утки»</i> <i>Игровое упражнение «Листопад»</i>	Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. <i>Подвижная игра «Жмурки»</i> <i>Игра м. п. «Великаны и гномы»</i>	достижениям в области спорта. Обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения. <i>Речевое развитие:</i> побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение.
Ноябрь	Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м (<i>физическое развитие</i>); выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта (<i>познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, физическое развитие</i>).					
	Тема	«Неделя пожарной безопасности»	«Домашние животные»	«Дикие животные»	«День матери»	<i>Физическое развитие:</i> закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;

		и ЧС)				развитие физических качеств. 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.
	Цели	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. <i>Эстафета</i> «Мяч водящему», <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» <i>Дыхательные упражнения</i>	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку, бросании мяча друг другу, ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. <i>Подвижная игра</i> «Вороной конь» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает – не летает»	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» <i>Ходьба в колонне по одному, имитируя повадки животных.</i>	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. <i>Подвижная игра</i> «Мы весёлые ребята» <i>Игра</i> «Затейники»	<i>Социально-коммуникативное развитие:</i> продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Познавательное развитие:</i> активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
Де-кабрь	Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние – 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи (<i>физическое развитие</i>); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (<i>познавательное развитие, речевое развитие, физическое развитие</i>).					
	Тема	«Зима»	«Зима»	«Азбука вежливости»	«Новый год»	<i>Физическое развитие:</i> закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; развивать умение придумывать варианты игр, проявляя творческие способности. Разви-
	Цели	Упражнять детей	Упражнять детей	Повторить ходь-	Повторить ходьбу	

		в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра «Два мороза»</i> <i>Физминутка «Снег»</i>	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. <i>Подвижная игра «Белые медведи»</i> <i>Логоритмика «Снежинки»</i>	бу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. <i>Подвижная игра «Стоп»</i> <i>Физминутка «Ветер»</i>	и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по - медвежьи», повторить упражнения в прыжках и на равновесие. <i>Эстафеты</i> <i>Подвижная игра «Мороз, красный нос»</i> <i>Релаксация</i>	тие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде. <i>Поощрять</i> желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий <i>Речевое развитие:</i> продолжать формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.
Январь	Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений (<i>физическое развитие</i>); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (<i>физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие</i>).					
	Тема	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Наш быт»	«Одежда, обувь, головные уборы»	<i>Физическое развитие:</i> развивать потребность в сохранении правильной осанки в

	Цели	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. <i>Подвижная игра «Винни пух и пчёлы»</i> <i>Логоритмика «Теремок»</i>	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>И. м. п. «Тихо-громко»</i>	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. <i>Подвижная игра «Ключи»</i> <i>Логоритмика «Пила»</i>	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на равновесие и в прыжках. <i>Подвижная игра «Паук и мухи»</i> <i>И. м. п. «Эхо»</i>	различных видах деятельности, упражнять в статическом и динамическом равновесии, в координации движений на ориентировку в пространстве. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту. Расширять представление о значении физических упражнений для организма. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. <i>Безопасность:</i> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. <i>Познание:</i> развитие ориентировки в пространстве. <i>Речевое развитие:</i> формировать умение отстаивать свою точку зрения. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение.
Февраль	Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, врассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками (<i>физическое развитие</i>); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения (<i>речевое развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие</i>)					
	Тема	«Транспорт и ПДД»	«Транспорт и ПДД»	«День защитника отечества»	«8 марта»	<i>Физическое развитие:</i> продолжать развивать психофизические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований. Продолжать
	Цели	Упражнять в со-	Упражнять в	Повторить ходь-	Упражнять в	

		хранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках; повторить упражнения в бросании, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. <i>Подвижная игра «Светофор»</i> <i>Логоритмика «Едем»</i>	ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч. <i>Подвижная игра «Карусель»</i> <i>Физминутка «Поезд»</i>	бу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания. <i>Подвижная игра «Не попадись»</i> <i>Ходьба «Солдаты»</i>	ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнения на равновесие и прыжки. <i>Подвижная игра «Ручейки и озёра»</i> <i>Физминутка «Цветок»</i>	работу по укреплению здоровья детей. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Познавательное развитие:</i> развитие сенсорики. <i>Речевое развитие:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> развитие музыкального слуха – выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.
Март	Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; 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; ориентируются в пространстве (<i>познавательное развитие, физическое развитие</i>); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека (<i>речевое развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие</i>).					
	Тема	«8 марта»	«Народная культура»	«Весна стучится к нам»	«Неделя книги»	<i>Физическое развитие:</i> продолжать обога-

			тура и традиции»	нам в окна»		щать двигательный опыт детей.
	Цели	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. <i>Подвижная игра «Затейники»</i> <i>Стихотворение про маму</i>	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом. <i>Подвижная игра «Затейники»</i> <i>Физминутка «Цветок»</i>	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. <i>Подвижная игра «Волк во рву»</i> <i>Массаж «Дождик»</i>	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>Потешка «Киска»</i>	Продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря. <i>Познавательное развитие:</i> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. <i>Речевое развитие:</i> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.
Апрель	Могут 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; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь					

	естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (<i>художественно-эстетическое развитие, физическое развитие</i>); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках (<i>речевое развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие</i>).				
	Тема	«Неделя здоровья»	«Земля – наш общий дом. Космос»	«В гостях у сказки»	Животный мир весной
	Цели	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. <i>Эстафеты</i> <i>Подвижная игра «Мы весёлые ребята»</i> <i>Беседа с детьми о видах спорта</i>	Повторить упражнения в ходьбе и беге, упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра «Космонавты»</i> <i>Дыхательные упражнения</i>	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по 2), в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. <i>Подвижная игра «Рыбак и рыбки»</i> <i>Дыхательные упражнения</i>	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. <i>Игровое упражнение «По местам»</i> <i>Подвижная игра «Лягушки и цапля»</i> <i>Физминутка «Дятел»</i>
Май	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают коор-				

динацию движений; участвуют в играх с элементами спорта (<i>художественно-эстетическое развитие, физическое развитие</i>); чувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость (<i>физическое развитие, социально-коммуникативное развитие</i>)					
Тема	«Праздник весны и труда»	«День победы»	«Растительный мир»	Неделя здоровья	<i>Физическое развитие:</i> 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. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры. Закреплять умение замечать и устранять неполадки во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию. 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 на повышенной опоре, в прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку. <i>Подвижная игра «Удочка»</i> <i>Малоподвижная игра «Летает – не летает»</i>	Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнения с мячом. <i>Подвижная игра «Пограничники и нарушители», Ходьба «Солдаты»</i>	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу, в ходьбе и беге враспынную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии. <i>Подвижная игра «Вершки и корешки»</i> <i>Физминутка «Цветок»</i>	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. <i>Эстафеты</i> <i>Логоритмика «Мы спортсмены»</i>	

3.4. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в сентябре и мае), начиная со второй младшей группы. Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка. Правильно организованный процесс физического развития и воспитания детей позволяет подробно изучить исходный уровень физических способностей дошкольников. Этот процесс должен проходить в естественных для детей условиях - на физкультурных занятиях.