

Утверждена приказом МАДОУ д/с «Росинка»
от 30.05.2024 г. № № 105 -Д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Возраст детей: 2-7 лет
2024 - 2025 учебный год

Малышев В.И.,
Инструктор по физической культуре

СТРУКТУРА

№	Содержание	страница
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Планируемые результаты	4
1.3.	Педагогическая диагностика	14
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	15
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ		
2.1.	Задачи и содержание образования	15
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	53
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	56
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	57
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся	62
2.6.	Направленность коррекционно-развивающей работы с детьми с особыми образовательными потребностями	63
2.7.	Рабочая программа воспитания	66
2.7.1.	<i>Целевой раздел</i>	66
2.7.2.	<i>Содержательный раздел</i>	69
2.7.3.	<i>Организационный раздел</i>	74
2.8.	Региональный компонент	74
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	76
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ		
3.1.	Психолого-педагогические условия	76
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	77
3.3.	Материально-техническое обеспечение	79
3.4.	Учебный план	82
3.5.	Режим занятий	83
3.6.	Календарный план воспитательной работы	84
ПРИЛОЖЕНИЕ		
1	Приложение 1 Комплексно-тематическое планирование	
2	Приложение 2 «Перспективный план взаимодействия с педагогами»	
3	Приложение 3 Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений с детьми групп общеразвивающей направленности	
4	Приложение 4 Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений с детьми групп комбинированной направленности	
5	Приложение 5 Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений групп комбинированной направленности для детей с ТНР, ЗПР	
6	Приложение 6 Перспективный план проведения спортивных праздников, досугов и развлечений	
7	Приложение 7 «Перспективный план взаимодействия с родителями»	
8	Приложение 8 Перспективный план образовательной деятельности по работе с одарёнными детьми	
9	Приложение 9 Создание специальных условий для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью.	
10	Приложение № 10 План индивидуального сопровождения ребенка-инвалида	
11	Приложение 11 «Перспективный план развития предметно – пространственной среды по физическому развитию детей»	

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по «Физическому развитию» с детьми от 2 до 7 лет разработана в соответствии с ОП ДО и Адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования МАДОУ д/с «Росинка».

В структуру Рабочей программы включены три раздела – целевой, содержательный и организационный и коррекционная работа.

Рабочая программа базируется на основных принципах дошкольного образования:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) **построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка**, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) **содействие и сотрудничество детей и взрослых**, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) **сотрудничество с семьей**;
- 6) **приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства**;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Цель: Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности.

Задачи:

- развивать физические качества (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, опорно двигательную систему организма дошкольника.
- Обучать подвижным играм с правилами.
- Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

1.2. Планируемые результаты

Планируемые результаты по физическому развитию ОП ДО

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 2 лет до 3 лет)
1	Ходьба
1.1	Ходьба за взрослым, не наталкиваясь друг на друга, с опорой на зрительные ориентиры
1.2	Ходьба приставным шагом вперед
2	Бег.
2.1	Бег в заданном направлении (от 40–80 метров)
2.2	Бег в рассыпную
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10–15 см)
3.2	Ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20–25 см)
4.	Ползание, лазанье
4.1	Подлезание под воротца, веревку (высота 40–30 см)
4.2	Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1–1,5 м) удобным способом.
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки на двух ногах на месте (10–15 раз)
5.2	Прыжки в длину, через линию (через две параллельные линии, расстояние между которыми 10–30 см)
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание мяча под дугой
6.2	Перебрасывать мяч через сетку с расстояния 1– 1,5 м (сетка на уровне роста ребенка)
6.3	Ловля мяча двумя руками с расстояния 50–100 см
6.4	Метание на дальность правой и левой рукой в горизонтальную цель (с расстояния 1 м.)
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполняет простые общеразвивающие упражнения, движения имитационного характера, музыкально-ритмические упражнения
8	Подвижные игры
8.1	Активно участвует в несложных подвижных играх
9	Формировать представления о здоровом образе жизни.
9.1	Сформированы полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно мыть руки перед едой пользоваться предметами личной гигиены)

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 3 лет до 4 лет)
1	Ходьба
1.1	Ходьба со сменой темпа
1.2	Ходьба с выполнением заданий (остановка, приседание, поворот и др.)
2	Бег.
2.1	Бег по дорожке (ширина 25– 50 см, длина 5–6 м.)
2.2	Бег врассыпную
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м.)
3.2	Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см)
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами
4.2	Подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки с продвижением вперед(расстояние 2–3 м.)
5.2	Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см.
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Катание больших мячей (шарика) друг другу в воротца (ширина 50–60 см)
6.2	Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд)
6.3	Ловля мяча, брошенного педагогом (расстояние 70–100 см)
6.4	Метание на дальность правой и левой рукой
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполнение упражнений по показу педагога из разных исходных положений с предметами и без предметов.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки
9	Строевые упражнения:
9.1	Построение в шеренгу, колонну
9.2	Круг по ориентирам с нахождением своего места в строю
10	Подвижные игры
10.1	Активность дошкольника в сюжетных и несюжетных подвижных играх, с более сложными правилами и сменой движений
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках: по прямой дорожке игрушек
11.2	Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Дошкольник самостоятельно ухаживать за собой, соблюдает порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками
12.2	Соблюдает правила безопасности в двигательной деятельности

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 4 лет до 5 лет)
1.	Ходьба
1.1	Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа.
1.2	Ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)
2.	Бег.
2.1	Бег 30-40 м
2.2	Бег челночный бег 2x5 м
3.	Ползание, лазанье
3.1	Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;
3.2	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек
4.	Прыжки.
4.1	Прыжки в длину с места
4.2	Подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м;
5.	Катание, бросание, ловля, метание
5.1	Прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога
5.2	Бросание мяча двумя руками из-за головы сидя, стоя
5.3	Отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд
5.4	Метание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м
6.	Общеразвивающие упражнения.
6.1	Выполнение общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них.
7	Ритмическая гимнастика.
7.1	Выполнение музыкально-ритмических упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики)
8	Строевые упражнения:
8.1	Построение в колонну, врассыпную
8.2	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении
9	Подвижные игры
9.1	Проявление творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).
10	Спортивные упражнения
10.1	Катание на велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью
10.2	Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте
11	Формировать представления о здоровом образе жизни.
11.1	Имеют представления о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности
11.2	Имеют первичные представления об отдельных видах спорта.

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 5 лет до 6 лет)
1	Ходьба
1.1	Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м;
1.2	Ходьба "змейкой" без ориентиров
2	Бег.
2.1	Челночный бег 2х10 м, 3х10 м
2.2	Быстрый бег 10 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге
3.2	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)
4.2	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки в длину с места
5.2	Прыжки через скакалку на двух ногах
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)
6.2	Отбивание мяча об пол на месте 10 раз
6.3	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
6.4	Метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполнение упражнений с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими) и из разнообразных исходных положений.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг
9.2	Перестроение в колонну по три, в две
10	Подвижные игры
10.1	Проявление инициативы детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений)
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках по прямой, со скоростью
11.2	Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м.)
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Имеют представления о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие)

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 6 лет до 7 лет)
1	Ходьба
1.1	Ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед, с закрытыми глазами.
1.2	Ходьба с различными движениями рук.
2	Бег.
2.1	Челночный бег 3х10 м
2.2	Бег 30 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой прокатывая перед собой набивной мяч
3.2	Прыжки на одной ноге вперед
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад
4.2	Влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки с короткой скакалкой
5.2	Прыжки в длину с места
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей
6.2	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд.
6.3	Ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу
6.4	Метание в цель в вертикальную и горизонтальную цель
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Качество выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу
9.2	Расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две
10	Подвижные игры
10.1	Проявления творчества детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать.
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.
11.2	Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Знают о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие)

*Планируемые результаты по физическому развитию
(АОП для обучающихся с ТНР)*

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 4 лет до 5 лет ТНР)
5.	Ходьба
1.1	Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа.
1.2	Ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)
6.	Бег.
2.1	Бег 30-40 м
2.2	Бег челночный бег 2х5 м
7.	Ползание, лазанье
3.1	Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;
3.2	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек
8.	Прыжки.
4.1	Прыжки в длину с места
4.2	Подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м;
5.	Катание, бросание, ловля, метание
5.1	Прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога
5.2	Бросание мяча двумя руками из-за головы сидя, стоя
5.3	Отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд
5.4	Метание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м
6.	Общеразвивающие упражнения.
6.1	Выполнение общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них.
7	Ритмическая гимнастика.
7.1	Выполнение музыкально-ритмических упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики)
8	Строевые упражнения:
8.1	Построение в колонну, врассыпную
8.2	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении
9	Подвижные игры
9.1	Проявление творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).
10	Спортивные упражнения
10.1	Катание на велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью
10.2	Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте
11	Формировать представления о здоровом образе жизни.
11.1	Имеют представления о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности
11.2	Имеют первичные представления об отдельных видах спорта.

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 5 лет до 6 лет ТНР)
1	Ходьба
1.1	Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м;
1.2	Ходьба "змейкой" без ориентиров
2	Бег.
2.1	Челночный бег 2х10 м, 3х10 м
2.2	Быстрый бег 10 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге
3.2	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)
4.2	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки в длину с места
5.2	Прыжки через скакалку на двух ногах
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)
6.2	Отбивание мяча об пол на месте 10 раз
6.3	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
6.4	Метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполнение упражнений с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими) и из разнообразных исходных положений.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг
9.2	Перестроение в колонну по три, в две
10	Подвижные игры
10.1	Проявление инициативы детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений)
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках по прямой, со скоростью
11.2	Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м.)
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Имеют представления о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие)

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 6 лет до 7 лет ТНР)
1	Ходьба
1.1	Ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед, с закрытыми глазами.
1.2	Ходьба с различными движениями рук.
2	Бег.
2.1	Челночный бег 3x10 м
2.2	Бег 30 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой прокатывая перед собой набивной мяч
3.2	Прыжки на одной ноге вперед
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад
4.2	Влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки с короткой скакалкой
5.2	Прыжки в длину с места
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей
6.2	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд.
6.3	Ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу
6.4	Метание в цель в вертикальную и горизонтальную цель
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Качество выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу
9.2	Расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две
10	Подвижные игры
10.1	Проявления творчества детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать.
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.
11.2	Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Знают о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие)

Планируемые результаты по физическому развитию (АОП для обучающихся с ЗПР)

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 4 лет до 5 лет ЗПР)
1	Ходьба
1.1	Ходьба "змейкой" без ориентиров
2	Бег.
2.1	Челночный бег 2х10 м, 3х10 м
2.2	Быстрый бег 10 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)
4.2	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки в длину с места
5.2	Прыжки через скакалку на двух ногах
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)
6.2	Отбивание мяча об пол на месте 5 раз
6.3	Метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполнение упражнений с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими) и из разнообразных исходных положений.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг
10	Подвижные игры
10.1	Проявление инициативы детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений)
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках по прямой
11.2	Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м.)
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Имеют представления о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие)

№	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (от 5 лет до 6 лет ЗПР)
1	Ходьба
1.1	Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м;
1.2	Ходьба "змейкой" без ориентиров
2	Бег.
2.1	Челночный бег 2х10 м, 3х10 м
2.2	Быстрый бег 10 м
3	Упражнения в равновесии:
3.1	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге
3.2	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске
4.	Ползание, лазанье
4.1	Ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)
4.2	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом
5.	Прыжки.
5.1	Прыжки в длину с места
5.2	Прыжки через скакалку на двух ногах
6.	Катание, бросание, ловля, метание
6.1	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)
6.2	Отбивание мяча об пол на месте 10 раз
6.3	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
6.4	Метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы
7.	Общеразвивающие упражнения.
7.1	Выполнение упражнений с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими) и из разнообразных исходных положений.
8	Ритмическая гимнастика.
8.1	Выполнение музыкально-ритмические упражнения и комплексы в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе.
9	Строевые упражнения:
9.1	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг
9.2	Перестроение в колонну по три, в две
10	Подвижные игры
10.1	Проявление инициативы детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений)
11	Спортивные упражнения
11.1	Катание на санках по прямой, со скоростью
11.2	Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м.)
11.3	Катание на самокате: по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.
12	Формировать представления о здоровом образе жизни.
12.1	Имеют представления о факторах, положительно влияющих на здоровье и правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
12.2	Имеют представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие)

1.3. Педагогическая диагностика

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов индивидуального развития детей по физическому развитию производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Педагогическая диагностика проводится в группах общеразвивающей направленности 2 раза в год (в начале и конце учебного года), в группах компенсирующей и комбинированной направленности - 3 раза в год (в сентябре, декабре и мае учебного года).

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения ребенком необходимыми навыками и умениями:

Индикаторы развития:

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения ребенком необходимых навыков и умений:

- 0 балл – показатель проявляется крайне редко/ низкий уровень;
- 1 балл – показатель проявляется иногда/ средний уровень;
- 2 балла – показатель проявляется часто/высокий уровень

Индикаторы развития:

- Минимальный - Менее 21% (красный цвет)
- Низкий 22% - 48% (красный цвет)
- Средний 49% - 76% (синий цвет)
- Высокий 77% - 90% (зеленый цвет)
- Максимальный - Более 91% (зеленый цвет)

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

2.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательным областям.

Содержание образовательной деятельности ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением. При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непрерывной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Группы общеразвивающей направленности

*Задачи образовательной области физическое развитие для детей
второй группы раннего возраста
(от 2 до 3 лет)*

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками,

снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м; ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры:

педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей

(попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

Задачи образовательной области физическое развитие для детей младшей группы (от 3 до 4 лет)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка

в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднятие и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднятие и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднятие и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднятие на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строчные упражнения:

педагог предлагает детям следующие строчные упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) Подвижные игры:

педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

4) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

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

*Задачи образовательной области физическое развитие для детей средней группы
(от 4 до 5 лет)*

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание

в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки; ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуёлочкой".

4) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

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

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

*Задачи образовательной области физическое развитие для детей старшей группы
(от 5 до 6 лет)*

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно,

последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким поднятием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов,

комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуёлочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

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

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

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

Задачи образовательной области физическое развитие для детей подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание

на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекаладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных

занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя 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.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

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 предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения:

педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "ёлочкой".

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); 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 двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

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

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

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

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

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

Группы компенсирующей направленности

Задачи образовательной области физическое развитие средней группы (АОП для обучающихся с ТНР)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки; ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким поднятием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звеня на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуёлочкой".

4) **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

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

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

Задачи образовательной области физическое развитие старшей группы (АОП для обучающихся с ТНР)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин;

медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на

носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строчные упражнения:

педагог продолжает обучение детей строчным упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуёлочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

5) **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

б) **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

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

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

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

*Задачи образовательной области физическое развитие старшей группы
(АОП для обучающихся с ТНР)*

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр,

комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя 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.

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, игра по упрощенным правилам.

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 предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения:

педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "ёлочкой".

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); 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 двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту

представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

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

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

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

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

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

*Задачи образовательной области физическое развитие средней группы
(АОП для обучающихся с ЗПР)*

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание

в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звеня на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступаящим шагом" и "полуёлочкой".

4) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

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

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

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание

предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекаладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким поднятием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов,

комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуёлочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

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

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

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

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства.

При реализации рабочей программы используются образовательные технологии: здоровьесберегающие, игровые, информационно - коммуникационные, соревновательные.

Формы, методы и средства, используемые в организации образовательного процесса с детьми, зависят от:

- возрастных особенностей воспитанников;
- индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей (в т.ч. обучение по индивидуальному учебному плану);
- личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей;
- формы организации деятельности воспитанников (непрерывно – образовательная деятельность, организованная образовательная деятельность, образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей).

Вариативные формы педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

Физкультурно– оздоровительная работа	Работа с детьми		Сотрудничество с семьей
	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей	
<ul style="list-style-type: none"> – Игровая беседа с элементами движений – Непосредственно образовательная деятельность – Утренняя гимнастика – Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера – Игра – Контрольно-диагностическая деятельность – Экспериментирование – Физкультурное занятие – Спортивные и физкультурные досуги – Спортивные состязания – Проектная деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> – Игровая беседа с элементами движений – Интегративная деятельность – Утренняя гимнастика – Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера – Игра – Контрольно-диагностическая деятельность – Экспериментирование – Физкультурное занятие – Спортивные и физкультурные досуги – Спортивные состязания – Проектная деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> – Во всех видах самостоятельной деятельности детей – Двигательная активность в течение дня – Игра – Утренняя гимнастика – Самостоятельные спортивные игры и упражнения 	<ul style="list-style-type: none"> – Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера – Спортивные и физкультурные досуги – Спортивные состязания – Проектная деятельность
Осуществление индивидуального подхода по физическому развитию детей			
Основные направления	Формы работы		
Диагностика состояния здоровья и уровня физической подготовки детей	<ul style="list-style-type: none"> – Выписка из медицинской карты, выданной участковым педиатром (в соответствии с медицинским осмотром «узкими» специалистами). – Анализ первичных навыков детей по основным видам движений. 		
Дифференцированная система закаливания	<ul style="list-style-type: none"> – Разнообразные формы и методы, а также их изменения в соответствии с временами года, возрастом. 		
Физкультурная непосредственно образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> – Планирование с учетом состояния здоровья каждого ребенка и уровня его подготовленности. – Дифференциация сложности движений и нагрузки. – Подбор и сочетание нового материала с усвоенным в соответствии с последовательностью обучения. 		
Медико-педагогический контроль	<ul style="list-style-type: none"> – Наблюдение деятельности. – Хронометраж 		
Анализ комплексных мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> – Повторная медицинская диагностика. – Новые рекомендации. 		

Развивающие занятия

Физические упражнения на занятии располагаются в определенном порядке, которые обеспечивают физическую и психологическую готовность ребенка к нарастанию сложности материала, приведение организма к готовности выполнять наиболее сложные упражнения.

Основной формой организованного обучения физическим упражнениям в дошкольных учреждениях являются физкультурные занятия. При этом обучение на физкультурных занятиях осуществляется в определенной системе и последовательности, что позволяет достигать наилучших результатов в формировании двигательных навыков.

В процессе физкультурных занятий детей готовят к успешному обучению в школе, решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Во всех возрастных группах ДОУ проводится по три занятия физической культуры в неделю в спортивном зале: одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет проводится на открытом воздухе, согласно режиму занятий.

- Во второй группе раннего возраста 10 мин.,
- в младшей группе 15 мин.,
- в средней – 20 мин.,
- в старшей – 25-30 мин.,
- в подготовительной – 30 мин.

Физические упражнения в занятии располагаются в определенном порядке, который обусловлен физиологическими и психологическими закономерностями работоспособности организма.

Важно построить физкультурное занятие таким образом, чтобы обеспечить предварительную физическую и психологическую подготовку детей к восприятию и выполнению более сложных упражнений, с помощью которых решаются основные задачи.

Виды физкультурных занятий:

- *Учебно-тренировочное:* формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, совершенствование умений и навыков. 50% всех занятий.

- *Сюжетное:* построено на одном сюжете («Зоопарк», «Колобок»), решаются задачи совершенствования двигательных умений и навыков, воспитание интереса к занятиям физическими упражнениями.

- *Игровое:* построено на основе подвижных игр с разным двигательным содержанием, игр-эстафет. Совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, воспитывается интерес к занятиям, физическим упражнениям, двигательная самостоятельность и т. д.

- *Комплексное:* направлено на синтез различных видов деятельности. Решаются задачи психического, умственного, нравственного развития.

- *Физкультурно-познавательное:* занятие носит комплексный характер, решаются задачи эколого-физического, нравственно-физического, умственного и физического развития ребенка.

- *Тематическое:* посвящено, как правило, одному виду спортивных игр или упражнений. Разучиваются новые виды спортивных упражнений и игр, закрепляются навыки в уже освоенных движениях.

- *Контрольное:* проводится в конце квартала и направлено на количественную и качественную оценку двигательной подготовленности детей в основных движениях и физических качествах.

Если в основу классификации занятия положить образовательные задачи и рассматривать занятия с точки зрения сообщения нового и знакомого материала, то можно выделить следующие типы:

- *смешанного типа*: разучивание нового и закрепление освоенных движений;
- занятие целиком построено на закрепление двигательного навыка;
- занятие контрольного и учетного характера, где проверяются знания, уровень развития двигательных навыков и физических качеств.

Выбор типа занятия зависит от задач, которые ставит перед собой педагог.

Способы организации детей по физической культуре

1. Фронтальный.
2. Групповой.
3. Индивидуальный.

При фронтальном способе организации все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение или делают одновременно разные движения. Фронтальный способ организации обеспечивает постоянное взаимодействие воспитателя и детей.

При групповом способе группу делят на (2-4) и каждая получает отдельное задание. После того как дети выполняют задание несколько раз, подгруппы меняются местами.

При индивидуальном способе, каждый ребенок делает упражнение по очереди, а воспитатель проверяет качество выполнения и дает соответствующие указания.

На одном занятии можно чередовать способы организации детей.

Методы организации образовательного процесса

Метод	Определение метода	Условия применения
Словесные	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
Наглядные	Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств	Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. Метод иллюстраций предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске. Метод демонстраций связан с показом мультфильмов. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных. В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе.
Практические	Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки	Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием, и носят обобщающий характер. Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и самостоятельной.

Репродуктивный	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию педагога	Деятельность педагога заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу
Исследовательский	Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности
Активные методы	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.

Взаимодействие с социальными партнерами

Учреждение	Вид взаимодействия
«МБОУ СОШ» пгт. Пионерский.	Проведение открытых дверей. Планирование и осуществление совместной практической деятельности педагогов и учителей с детьми – дошкольниками и первоклассниками (спортивные соревнования), Педагогическая диагностика детей подготовительных к школе групп на предмет готовности к школе.
Взаимодействие со спортивным комплексом «Импульс»	Губернаторские состязания.
Детская поликлиника.	Сбор и анализ анамнестических данных ребёнка.
Взаимодействие с Центром адаптированного спорта	Совместные мероприятия, экскурсии.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Совместная игра педагога и детей (сюжетно-ролевая, игра-драматизация) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие.

Сенсорный и интеллектуальный тренинг – система заданий, преимущественно игрового характера, обеспечивающая становление системы сенсорных эталонов (цвета, формы, пространственных отношений и др.), Сюда относятся дидактические игры, логические упражнения.

Детский досуг – вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», физкультурный досуги.

Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд.

Виды и формы культурных практик

Ранний, младший и средний дошкольный возраст	Совместная игра педагога с детьми	<ul style="list-style-type: none"> режиссерская игра игра-инсценировка игра-экспериментирование проектная деятельность
Старший дошкольный возраст	Совместная игра педагога с детьми	<p>В старшем дошкольном возрасте добавляются:</p> <ul style="list-style-type: none"> кружковая работа творческие проекты проектная деятельность <p>В подготовительных группах</p> <ul style="list-style-type: none"> кружковая работа творческие проекты проектная деятельность
Все возрастные группы	Досуги	<ul style="list-style-type: none"> «Сюжетно игровые» показ представлений взрослыми и детей старших групп малышам, проведение подвижных игр «Спортивные игры» выполнение элементов спортивных игр «Папа, мама я спортивная семья» совместное участие детей и родителей «Малые зимние олимпийские игры» ознакомление детей с зимними видами спорта «Дорожная азбука» - закрепление правил дорожного движения

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Способы поддержки детской инициативы у детей до 3 –х лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является *продуктивная деятельность*.

Способы поддержки детской инициативы

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям об их реальных и возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу;
- помогать ребенку находить способы реализации собственных поставленных целей;
- поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости;
 - в разных формах работы терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе;
 - не критиковать прямо результаты деятельности детей, а также их самих;
 - учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;

- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- всегда предоставлять детям возможности для реализации их замысла в творческой продуктивной деятельности.

Способы поддержки детской инициативы у детей 3-4 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является продуктивная деятельность.

Способы поддержки детской инициативы

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям об их реальных и возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу;
- помогать ребенку находить способы реализации собственных поставленных целей;
- поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости;
- в разных формах работы терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе;
- не критиковать прямо результаты деятельности детей, а также их самих;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- всегда предоставлять детям возможности для реализации их замысла в творческой продуктивной деятельности.

Способы поддержки детской инициативы у детей 4-5 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, **игровая деятельность** со сверстниками.

Способы поддержки детской инициативы

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к таким попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению;
- привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого.

Способы поддержки детской инициативы у детей 5-6 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является внеситуативно-личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также **информационная познавательная инициатива.**

Способы поддержки детской инициативы

- создавать в группе положительный психологический микроклимат: в равной мере проявляя заботу и любовь ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и

теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;

- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
 - поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу);
 - создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу.

Способы поддержки детской инициативы у детей 6-7 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является *научение*, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической деятельности, а также *информационная познавательная деятельность*.

Способы поддержки детской инициативы

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т. п. Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовывать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
- обращаться к детям с просьбой показать воспитателю индивидуальные достижения, которые есть у каждого, и научить его им;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания и предложения;
- создавать условия и выделять время для познавательной деятельности детей по интересам;
- устраивать выставки и красиво оформлять постоянную экспозицию работ;
- организовывать концерты для выступления детей и взрослых.

Направления поддержки детской инициативы

Развитие самостоятельности.

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения). В ходе реализации Программы дошкольники получают позитивный социальный опыт создания и воплощения собственных замыслов. Дети должны чувствовать, что их попытки пробовать новое, в том числе и при планировании собственной жизни в течение дня, будут поддержаны взрослыми. Это возможно в том случае, если образовательная ситуация будет строиться с учетом детских интересов. Образовательная траектория группы детей может меняться с учетом происходящих в жизни дошкольников событий. Самостоятельность человека (инициативность, автономия, ответственность) формируется именно в дошкольном возрасте, разумеется, если взрослые создают для этого условия. Для формирования детской самостоятельности педагог должен выстраивать образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- учиться на собственном опыте, экспериментировать с различными объектами, в том числе с растениями;

- находиться в течение дня как в одновозрастных, так и в разновозрастных группах;
- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.

С целью поддержания детской инициативы педагогам следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;
- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);
- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Важно, чтобы все утренники и праздники создавались с учетом детской инициативы и включали импровизации и презентации детских произведений. Среда должна быть вариативной, состоять из различных площадок (мастерских, исследовательских площадок, художественных студий, библиотечек, игровых, лабораторий и пр.), которые дети могут выбирать по собственному желанию.

Предметно-пространственная среда должна меняться в соответствии с интересами и проектами детей не реже, чем один раз в несколько недель. В течение дня необходимо выделять время, чтобы дети могли выбрать пространство активности (площадку) по собственному желанию.

Создание условий для развития свободной игровой деятельности.

Игра—одно из наиболее ценных новообразований дошкольного возраста. Играя, ребенок свободно и с удовольствием осваивает мир во всей его полноте—со стороны смыслов и норм, учась понимать правила и творчески преобразовывать их. Развитие свободной игровой деятельности требует поддержки со стороны взрослого. При этом роль педагога в игре может быть разной в зависимости от возраста детей, уровня развития игровой деятельности, характера ситуации и пр. Педагог может выступать в игре и в роли активного участника, и в роли внимательного наблюдателя.

С целью развития игровой деятельности педагоги должны уметь:

- создавать в течение дня условия для свободной игры детей;
- определять игровые ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;
- наблюдать за играющими детьми и понимать, какие именно события дня отражаются в игре;
- отличать детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;
- косвенно руководить игрой, если игра носит стереотипный характер (например, предлагать новые идеи или способы реализации детских идей).

Кроме того, педагоги должны знать детскую субкультуру: наиболее типичные роли и игры детей, понимать их значимость. Воспитатели должны устанавливать взаимосвязь между игрой и другими видами деятельности. Спонтанная игра является не столько средством для организации обучения, сколько самоценной деятельностью детей. Игровая среда должна стимулировать детскую активность и постоянно обновляться в соответствии с текущими интересами и инициативой детей. Игровое оборудование должно быть разнообразным и легко трансформируемым. Дети должны иметь возможность участвовать в создании и обновлении игровой среды. Возможность внести свой вклад в ее усовершенствование должны иметь и родители.

Задачи педагога:

- Создавать условия для детских игр (время, место, материал).
- Развивать детскую игру.
- Помогать детям взаимодействовать в игре.

— Не вмешиваться в детскую игру, давая детям проявить себя и свои способности.

Ожидаемый образовательный результат:

- Всестороннее развитие детей (физическое, речевое, социально-коммуникативное, познавательное, художественно-эстетическое).
- Развитие детской инициативы.
- Развитие умения соблюдать правила.
- Развитие умения играть различные роли.
- Развитие способности взаимодействовать со сверстниками, договариваться, разрешать конфликты.

Создание условий для развития проектной деятельности.

В дошкольном возрасте у детей должен появиться опыт создания собственного замысла и воплощения своих проектов. В дошкольном возрасте дети могут задумывать и реализовывать исследовательские, творческие и нормативные проекты. С целью развития проектной деятельности в группе следует создавать открытую атмосферу, которая вдохновляет детей на проектное действие и поощряет его. Необходимо регулярно выделять время для проектной деятельности, создавать условия для презентации проектов.

С целью развития проектной деятельности педагоги должны:

- создавать проблемные ситуации, которые инициируют детское любопытство, стимулируют стремление к исследованию;
- быть внимательными к детским вопросам, возникающим в разных ситуациях, регулярно предлагать проектные образовательные ситуации в ответ на заданные детьми вопросы;
- поддерживать детскую автономию: предлагать детям самим выдвигать проектные решения;
- помогать детям планировать свою деятельность при выполнении своего замысла;
- в ходе обсуждения предложенных детьми проектных решений поддерживать их идеи, делая акцент на новизне каждого предложенного варианта;
- помогать детям сравнивать предложенные ими варианты решений, аргументировать выбор варианта.

Стимулируя детей к исследованию и творчеству, следует предлагать им большое количество увлекательных материалов и оборудования. Природа и ближайшее окружение— важные элементы среды исследования, содержащие множество явлений и объектов, которые можно использовать в совместной исследовательской деятельности воспитателей и детей.

Задачи педагога:

- Заметить проявление детской инициативы.
- Помочь ребенку (детям) осознать и сформулировать свою идею. При необходимости, помочь в реализации проекта, не забирая при этом инициативу (недирективная помощь).
- Помочь детям в представлении (предъявлении, презентации) своего проекта.
- Помочь всем (участникам проекта и окружающим) осознать пользу, значимость полученного результата для окружающих.

Ожидаемый образовательный результат:

- Развитие инициативы и самостоятельности.
- Формирование уверенности в себе, чувства собственного достоинства и собственной значимости для сообщества.
- Воспитание стремления быть полезным обществу.
- Развитие когнитивных способностей (умения думать, анализировать, работать с информацией).
- Развитие регуляторных способностей (умения ставить цель, планировать, достигать поставленной цели).

— Развитие коммуникативных способностей (умение презентовать свой проект окружающим, рассказать о нем, сотрудничать в реализации проекта со сверстниками и взрослыми).

Создание условий для самовыражения средствами искусства.

В дошкольном возрасте дети должны получить опыт осмысления происходящих событий и выражения своего отношения к ним при помощи культурных средств — звука, движения, сюжета и пр.

Для того чтобы дети научились выражать себя средствами искусства, педагог должен:

- планировать время в течение дня, когда дети могут создавать свои произведения
- создавать атмосферу принятия и поддержки во время занятий творческими видами деятельности;
- оказывать помощь и поддержку в овладении необходимыми для занятий техническими навыками;
- предлагать такие задания, чтобы детские произведения не были стереотипными, отражали их замысел;
- поддерживать детскую инициативу в воплощении замысла и выборе необходимых для этого средств;
- организовывать события, мероприятия, выставки проектов, на которых дошкольники могут представить свои произведения для детей разных групп и родителей

Образовательная среда должна обеспечивать наличие необходимых материалов, возможность заниматься разными видами деятельности: живописью, игрой на музыкальных инструментах, пением, актерским мастерством, танцем, различными видами ремесел, поделками по дереву, из глины и пр.

Задачи педагога:

- Наблюдать за детьми, при необходимости, помогать (объяснить, как пользоваться новыми материалами, подсказать новый способ действия и пр.).
- Помогать детям наладить взаимодействие друг с другом в совместных занятиях и играх в центрах активности.
- Следить, чтобы каждый ребенок нашел себе интересное занятие.

Ожидаемый образовательный результат:

- Развитие инициативы и самостоятельности, умения найти себе занятие и партнеров по совместной деятельности.
- Развитие умения договариваться, способности к сотрудничеству и совместным действиям.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся.

Главными целями взаимодействия с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи,
- повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях детского сада и семьи;
- повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

- 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования,
- 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

- 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- 5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Формы работы по взаимодействию инструктора по физической культуре с родителями

Индивидуальные		Коллективные	
Информирование: Протокол ознакомления родителей - Ознакомление родителей с уровнем освоения ОП ДО, АОП ДО, Сайт педагога			
Повышение педагогических знаний	Вовлечение в воспитательно-образовательный процесс	Повышение педагогических знаний	Вовлечение в воспитательно-образовательный процесс
анкетирование, индивидуальное консультирование, информационные листы, видеотека, аудиотека, предоставление информации на сайте ДОУ	посещение занятий, мероприятий участие в подготовке и проведении праздников	подгрупповое консультирование листы-памятки, папки-передвижки, наглядная информация для родителей, предоставление информации на сайте ДОУ	праздники, групповые собрания родителей, подготовка, проведение и обсуждение праздников, соревнований, конкурсов.

2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

КРР и (или) инклюзивное образование направлено на обеспечение коррекции нарушений ТНР развития; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР объединяет комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР осуществляют педагоги, педагог-психолог, учитель-логопед и другие квалифицированные специалисты.

Задачи КРР:

- определение особых образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения образовательной программы и социализации в детском саду;
- своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учётом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума МАДОУ д/с «Росинка» (далее - ППК);
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;

- выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;
- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

КРР организуется: по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей); на основании результатов психологической диагностики; на основании рекомендаций ПМПК.

КРР реализуется в форме групповых и (или) индивидуальных коррекционно-развивающих занятий.

Содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учётом его АООП на основе рекомендаций ПМПК.

Целевые группы обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

- 1) норм типичные дети с нормативным кризисом развития;
- 2) обучающиеся с АООП:
 - с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
 - обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети); часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребёнком в посещении МАДОУ д/с «Росинка»;
 - обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;
 - одаренные обучающиеся;
- 3) дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке;
- 4) дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке;
- 5) обучающиеся "группы риска": проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

КРР с обучающимися целевых групп в МАДОУ д/с «Росинка» осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно-развивающих групповых (индивидуальных) занятий.

КРР строится дифференцированно в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития (в познавательной, речевой, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сферах) и должна предусматривать индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения.

КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования:

- определение вида одаренности, интеллектуальных и личностных особенностей детей, прогноз возможных проблем и потенциала развития.
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребёнка, как в детском саду, так и в условиях семейного воспитания;

- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребёнку, обстановки, формирующей у ребёнка чувство собственной значимости, поощряющей проявление его индивидуальности;
- сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
- организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях детского сада.
- Включение одаренного ребёнка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ПМПК по результатам психологической и педагогической диагностики.

2.7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ.

2.7.1. Целевой раздел

Патриотическое направление воспитания.

- 1) Цель патриотического направления воспитания – содействовать формированию у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.
- 2) Ценности – Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребёнка вследствие воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране – России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.
- 3) Патриотическое направление воспитания базируется на идее патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и её уклада, народных и семейных традиций.
- 4) Работа по патриотическому воспитанию предполагает: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем – на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).

Духовно-нравственное направление воспитания.

- 1) Цель духовно-нравственного направления воспитания - формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.
- 2) Ценности - жизнь, милосердие, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания.
- 3) Духовно-нравственное воспитание направлено на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско-взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах.

Социальное направление воспитания.

- 1) Цель социального направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.
- 2) Ценности - семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.
- 3) В дошкольном детстве ребёнок начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-смыслового отношения ребёнка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребёнка в детско-взрослых и детских общностях.
- 4) Важной составляющей социального воспитания является освоение ребёнком моральных ценностей, формирование у него нравственных качеств и идеалов, способности жить в

соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство - уважение к человеку, к законам человеческого общества. Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребёнком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения.

Познавательное направление воспитания.

- 1) Цель познавательного направления воспитания - формирование ценности познания.
- 2) Ценность - познание лежит в основе познавательного направления воспитания.
- 3) Проблема воспитания у детей познавательной активности охватывает все стороны воспитательного процесса и является непременным условием формирования умственных качеств личности, самостоятельности и инициативности ребёнка. Познавательное и духовно-нравственное воспитание должны осуществляться в содержательном единстве, так как знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребёнка.
- 4) Значимым является воспитание у ребёнка стремления к истине, становление целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека.

Физическое и оздоровительное направление воспитания.

- 1) Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.
- 2) Ценности - жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.
- 3) Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Трудовое направление воспитания.

- 1) Цель трудового воспитания - формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду.
- 2) Ценность - труд лежит в основе трудового направления воспитания.
- 3) Трудовое направление воспитания направлено на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.

Эстетическое направление воспитания.

- 1) Цель эстетического направления воспитания - способствовать становлению у ребёнка ценностного отношения к красоте.
- 2) Ценности - культура, красота, лежат в основе эстетического направления воспитания.
- 3) Эстетическое воспитание направлено на воспитание любви к прекрасному в окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развитие у детей желаний и умения творить. Эстетическое воспитание через обогащение чувственного опыта и развитие эмоциональной сферы личности влияет на становление нравственной и духовной составляющих внутреннего мира ребёнка. Искусство делает ребёнка отзывчивее, добрее,

обогащает его духовный мир, способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.

Целевые ориентиры воспитания.

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направления воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. ✓ Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; ✓ Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. ✓ Владеющий основами речевой культуры. ✓ Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. ✓ Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. ✓ Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. ✓ Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. ✓ Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. ✓ Имеющий представление о некоторых видах спорта и

		активного отдыха.
Трудовое	Труд	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. ✓ Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. ✓ Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

2.7.2. Содержательный раздел

Поселок Пионерский - многонациональный поселок, в котором живут представители разных национальностей, поэтому, в процессе патриотического воспитания, дети знакомятся с многообразием культур и национальностей.

Педагоги знакомят воспитанников с различными народными обычаями, организуют с детьми игры народов России, слушают музыкальные произведения различных народов. Дети рассматривают альбомы с костюмами разных национальностей, знакомятся с литературой разных народов, национальными орнаментами, блюдами, изучаются народные приметы, пословицы, поговорки, заклички и т.д.

Осуществляя организацию образовательного процесса в дошкольном учреждении, учитываются национально-культурные традиции народов России. Основным языком, на котором осуществляется образовательный процесс - русский.

Традиции

По физическому развитию традиционными стали:

1. **Совместные и семейные проекты различной направленности.** Создание совместных детско-родительских проектов.
2. **Опосредованное интернет-общение.** Данная форма позволяет родителям быть в курсе содержания деятельности детей, даже если ребенок по разным причинам не посещает детский сад. Родители могут своевременно и быстро получить различную информацию: презентации, методическую литературу, задания, получить ответы по интересующим вопросам.
3. **Тематические мероприятия** («Возьмемся за руки, друзья!», «Где добро – там тепло», «Мы вместе!») направлены на формирование толерантности у детей, терпимости, сочувствия.
4. **Тематические мероприятия по ПДД** («Красный, жёлтый, зелёный!», «Каникулы!», «Неделя безопасности», «Дорожная азбука!»)
5. **Губернаторские состязания** (участие детей в районных соревнованиях)
6. **Лыжня – России** (участие в соревнованиях)

Воспитывающая среда

Воспитательный процесс организуется в развивающей среде, которая образуется совокупностью природных, предметных, социальных условий и пространством собственного «Я» ребенка. Среда обогащается за счет не только количественного накопления, но и через улучшение качественных параметров: эстетичности, гигиеничности, комфортности, функциональной надежности и безопасности, открытости изменениям и динамичности, соответствия возрастным и половым особенностям детей, проблемной насыщенности и т.п.

- Воспитывающая среда строится по трем линиям:
- ✓ «от взрослого», который создает предметно-образную среду, способствующую воспитанию необходимых качеств;
 - ✓ «от совместной деятельности ребенка и взрослого», в ходе которой формируются нравственные, гражданские, эстетические и иные качества ребенка в ходе специально организованного педагогического взаимодействия ребенка и взрослого, обеспечивающего достижение поставленных воспитательных целей;
 - ✓ «от ребенка», который самостоятельно действует, творит, получает опыт деятельности, в особенности – игровой.

Общности

Профессиональная общность – это устойчивая система связей и отношений между людьми, единство целей и задач воспитания, реализуемое всеми сотрудниками группы.

Профессионально-родительская общность включает сотрудников группы и всех взрослых членов семей воспитанников, которых связывают не только общие ценности, цели развития и воспитания детей, но и уважение друг к другу.

Основная задача – объединение усилий по воспитанию ребенка в семье и в МАДОУ д/с «Росинка». Зачастую поведение ребенка сильно различается дома и в детском саду. Без совместного обсуждения воспитывающими взрослыми особенностей ребенка невозможно выявление и в дальнейшем создание условий, которые необходимы для его оптимального и полноценного развития и воспитания.

Детско-взрослая общность. Для общности характерно содействие друг другу, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение, отношение к ребенку как к полноправному человеку, наличие общих симпатий, ценностей и смыслов у всех участников общности.

Детско-взрослая общность является источником и механизмом воспитания ребенка. Находясь в общности, ребенок сначала приобщается к тем правилам и нормам, которые вносят взрослые в общность, а затем эти нормы усваиваются ребенком и становятся его собственными.

Общность строится и задается системой связей и отношений ее участников. В каждом возрасте и каждом случае она будет обладать своей спецификой в зависимости от решаемых воспитательных задач.

Детская общность. Общество сверстников – необходимое условие полноценного развития личности ребенка. Здесь он непрерывно приобретает способы общественного поведения, под руководством воспитателя учится умению дружно жить, сообща играть, трудиться, заниматься, достигать поставленной цели. Чувство приверженности к группе сверстников рождается тогда, когда ребенок впервые начинает понимать, что рядом с ним такие же, как он сам, что свои желания необходимо соотносить с желаниями других.

Формы совместной деятельности.

В целях реализации социокультурного потенциала региона для построения социальной ситуации развития ребенка работа с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста строится на принципах ценностного единства и сотрудничества всех субъектов социокультурного окружения МАДОУ д/с «Росинка».

Работа с родителями (законными представителями).

Информационно-аналитические формы работы:

Опрос

Индивидуальные беседы

Наблюдения

Анкетирование

Познавательные формы работы:

Тематические консультации

Совместные досуги

Организация “уголков здоровья”

Дни открытых дверей

Тематические консультации

Досуговые формы работы:

Спортивные праздники, развлечения

Походы и экскурсии

Дни здоровья

Наглядно-информационные формы работы:

Информационные стенды, уголки.

Ширмы и папки-передвижки.

Тематические буклеты.

Фотовыставки.

Выставки детских работ.

Информационная (материалы информационного характера)

Сайт детского сада

Особенности взаимодействия:

- ✓ Создание у родителей позитивного настроения на предстоящее мероприятие.
- ✓ Демонстрация искренней заинтересованности педагогического коллектива в сотрудничестве с родителями.
- ✓ Презентация результатов творчества детей.
- ✓ Четкая временная регламентация заявленных мероприятий.
- ✓ Актуальность, лаконичность, понятность представляемой информации.
- ✓ Тактичность и оптимистический настрой при общении с родителями.

События

Формы организации детской деятельности

№	Детская деятельность	Формы организации детской деятельности
1.	Игровая	Игры малой и средней подвижности, хороводные игры, подвижные игры, игры народов мира.
2.	Музыкальная	Музыкально – ритмические движения, упражнения
3.	Коммуникативная	Беседы, ответы на вопросы, обсуждения.
4.	Двигательная	Физкультурные занятия; утренняя гигиеническая гимнастика, подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулках

	(утренней и вечерней), физкультурная минутка; активный отдых – физкультурный досуг, физкультурные праздники, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), дни здоровья; самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей
--	---

Совместная деятельность в образовательных ситуациях.

Проектная деятельность

№ п/п	Название проекта (программы)	Целевая аудитория	Вид проекта
1.	Мы за спорт	Дети старшей группы, родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.	Познавательный – игровой, оздоровительный.

Организация предметно-пространственной среды.

Физкультурный зал располагается в здании ДОУ 2 корпуса на втором этаже, предназначен для НОД по физической культуре с необходимым для этого оборудованием.

Эффективность функционирования физкультурного зала детского сада базируется на соответствующем современным требованиям методическом и организационном обеспечении, а также подкрепляется необходимым техническим оснащением и оборудованием.

Физкультурный зал располагается на первом этаже детского сада. Цвет стен, пола, подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Оборудование установлено в контексте общей композиции. Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал корпус №2	
наименование	количество
стенка гимнастическая	2 шт.
скамейки гимнастические	4 шт.
маты гимнастические	2шт.
дорожки резиновые, ребристые и др.	1 компл.
Палки гимнастические	22 шт.
Спортивная игра «Городки»	3 набора
скакалки	30 шт.
обручи гимнастические	30 шт.
кегли	1 набора
мячи резиновые большие	25 шт.
мячи резиновые средние	22 шт.
гантели	18 шт.
лыжи	15пар
кубики	25 шт.

мешочки для метания	25 шт.
флажки	29 шт.
мячи мягкие	20 шт.
султанчики	11 шт.
большие мячи (хопы)	12 шт.
ленточки	20 шт.
коврики гимнастические	20 шт.
мешочки	20 шт.
музыкальный центр	1 шт.
дуги	2 комп.
Модульные коврики	2 комп
сетка волейбольная	1 шт
Мячи набивные 3-5 кг	5 шт
Мячи утяжелённые 0,5 кг	5 шт
Диски здоровья	8шт
Мяч массажный	31 шт
Ворота футбольные	1 шт
Ворота хоккейные	2 шт
Хоккейные наборы	3 шт
Бревно гимнастическое	2 шт
Конусы	20 шт
Кольцебросы напольные	2 шт
Кольца разных размеров	32 шт
Теннисные мячи	5 шт
Жилет Хвостики	2шт
Флажки Россия	30шт
Игровой парашют	2шт
Манишки	30шт
Нейроскаалки	10шт
Сумка мешок для прыжков	4шт
Мат сенсорный	1шт
Дорожки со следочками	2шт
Модули для прыжков с веревкой	1шт

2.7.3. Организационный раздел

2.8. Региональный компонент

МАДОУ д/с «Росинка» расположен в поселке Ханты-Мансийского автономного округа – Югра.

Цель: развитие духовно-нравственной культуры ребенка, воспитание гражданских чувств, чувства любви к Родине, родному краю.

Задачи:

1. воспитание у ребенка любви и привязанности к семье и родному дому, детскому саду, родной улице, поселку.
2. Формирование бережного отношения к родной природе и всему живому.
3. Воспитания уважения к труду людей.
4. Развитие интереса к народным традициям и промыслам.
5. Формирование элементарных знаний о правах человека.
6. Расширение знаний о регионе (главном городе, достопримечательностях)
7. Знакомство детей с символикой региона.
8. Развитие чувства ответственности, гордости за достижения Родины.
9. Формирование толерантности. Чувства уважения и симпатии к другим людям, их традициям.

Задачи реализуются через образовательные области:

Физическое развитие:

- национальные игры (игры севера);
- рассказы, беседы о лечебных свойствах природных даров (ягоды, травы).

Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Образовательная область «Физическая культура»			
1. Развивать разнообразные виды движений, учитывающие особенности игр народов Севера (прыжки на двух ногах с места, метание кольца на кеглю и т. д.).	1. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, энергично отталкиваться и приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед необходимые при проведении игр коренных народов Севера (прыжки через нарты и т.д.). 2. Учить точному броску в движущуюся	1. Развивать волевые качества, присущие коренным народам Севера: выносливость, быстроту («Каюр и собаки»). 2. Учить навыкам, необходимым в играх, отражающих промыслы коренных народов Севера (оленоводы, охотники), а именно: сохранять равновесие при	1. Продолжать развивать волевые качества: быстроту, выносливость, умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. 2. Учить набрасывать кольцо (обруч, веревочную петлю) для развития ловкости и глазомера, присущие героям национальных игр (оленоводы, охотники). 3. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах через несколько препятствий (нарты). 4. Развивать мышечную

	мишень для развития навыков «охотников», являющихся основными в национальных играх северного народа.	приземлении, ходить скользящим шагом («Куропатки и охотники»).	силу рук, через использование игр, отражающих профессию рыбака.
--	--	--	---

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

3.1. Психолого-педагогические условия реализации

Успешная реализация Рабочей программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в детском саду, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
- 4) учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- 5) создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- 8) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- 9) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- 10) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- 11) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

12) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы в МАДОУ д/с «Росинка», обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

15) предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

16) обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (центры активности).

Организация развивающей предметно-пространственной среды направлена на:

- развитие физических качеств (сила, скорость, гибкость, выносливость, координация);
- накопление обогащение двигательного опыта (овладения основными видами движения);
- формирование потребности в двигательной активности.

Виды деятельности:

- утренняя гимнастика;
- НОД по физической культуре;
- физкультурные досуги, праздники, развлечения;
- консультативная работа;
- индивидуальная работа с детьми.

Двигательно – игровой центр

Укреплять здоровье детей.

Развивать двигательные навыки и физические качества.

Расширять двигательный опыт.

Создавать положительный эмоциональный настрой.

Центр спортивного оборудования:

- традиционного,

- нестандартного.

Разнообразие организации двигательной деятельности детей.

Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности.

Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий.

Оптимизация режима двигательной активности.

Повышать интерес к физическим упражнениям.

Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.

Центр метания

Ознакомление с различными способами метания.

Развивать глазомер.

Закреплять технику метания.

Укреплять мышцы рук и плечевого пояса.

Центр прыжков

Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом и Программой.

Обучать технике прыжков.

Развивать силу ног, прыгучесть.

Использовать специальное оборудование.

Центр "Спортивный комплекс"

Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности.

Овладеть техникой различных способов и видов лазанья.

Коррекционно - профилактическая зона

Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики от плоскостопия. Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью использования нестандартного оборудования.

Овладеть навыками самооздоровления.

3.3. Материально-техническое обеспечение

Программно-методическое обеспечение (УМК)

№ в библиотеке	Название	Автор	Год издания
2-4 года			
1107	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2016
207	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2016
241	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
275	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
318	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
1108	Русские детские подвижные игры	Покровский Е.А.	2006.
1354	Планы Физкультурных занятий	С.Ю. Фёдорова	2017
4-5 лет			
1036	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
1042	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
1146	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
1143	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1147	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1036	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1102	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1105	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
1106	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1179	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1181	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
1182	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1148	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
211	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
234	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
246	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
274	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
1403	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
5-6 лет			
1205	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1206	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
1201	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1204	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
281	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
289	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
297	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
317	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
65	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2014
318	Наши пальчики играют	Борисенко М.Г., Н.А. Лукина	2003

1402	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
6-7 лет			
1077	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
1073	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1076	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
1075	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
276	Сборник подвижных игр	Степаненкова Э.Я.	2015
296	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Борисова М.М.	2015
298	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
308	Физическая культура в детском саду	Пензулаева Л.И.	2015
323	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Пензулаева Л.И.	2015
1077	Физическая культура в д/с	Л.И. Пензулаева	2015
1073	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Л.И. Пензулаева	2015
1076	Малоподвижные игры и игровые упражнения	М.М. Борисова	2015
1077	Физическая культура в д/с	Л.И. Пензулаева	2015
1073	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений	Л.И. Пензулаева	2015
1075	Сборник подвижных игр	Э.Я. Степаненкова	2015
1401	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
Коррекционная работа			
????	Образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет	Н. В. Нищева	2016
1337	Коррекция двигательных и речевых нарушений	М.А. Якубович	2017
1401	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
1076	Малоподвижные игры и игровые упражнения	М.М. Борисова	2015
318	Наши пальчики играют	Борисенко М.Г., Н.А. Лукина	2003
1402	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
1403	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет	С.Ю. Фёдорова	2017
1351	Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с тНР с 4-5 лет	Ю.А. Кириллова	2018
1352	Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с тНР с 3-4 лет	Ю.А. Кириллова	2018
1343	Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с тНР с 6-7 лет	Ю.А. Кириллова	2018
1342	Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с тНР с 5-6 лет	Ю.А. Кириллова	2018
ЛБ	Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5-7 лет	Ю.А. Кириллова	2019
1347	Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет	Ю.А. Кириллова	2019
Наглядно- дидактические пособия перенести к коррекцию			

л/б	Набор иллюстраций «Зимние виды спорта»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Дидактическая игра «Распорядок дня»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Дидактическая игра «Летние виды спорта»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Дидактическая игра «Спортивный инвентарь»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Дидактическая игра «Я расту»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Дидактическая игра «Валеология или здоровый малыш»	Нищева Н.В.	2017
л/б	Набор тематических картин «Правила дорожного движения»	Нищева Н.В.	2017

3.4 Учебный план

Возрастная группа		Всего количество занятий									Итого за год
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
Подготовительная к школе группа комбинированной направленности №15 «Знайки»	6-7 лет (спортивный зал)	9	8	9	8	6	8	8	9	7	72
	6-7 лет (улица)	4	4	5	4	3	4	4	4	4	36
Разновозрастная группа общеразвивающей направленности №12 «Теремок»	2-4 лет (спортивный зал)	13	13	13	13	10	11	13	13	9	108
Средняя группа комбинированной направленности №3 «Гномики»	4-5 лет (спортивный зал)	13	13	13	13	10	11	13	13	9	108
Средняя группа комбинированной направленности №13 «Пчёлки»	4-5 лет (спортивный зал)	13	13	13	13	10	11	13	13	9	108
Старшая группа комбинированной направленности №8 «Капельки»	5-6 лет (спортивный зал)	9	8	9	10	6	8	9	8	4	71
	5-6 лет (улица)	4	5	4	5	3	4	4	5	3	37
Разновозрастная группа компенсирующей направленности для детей с ТНР №14 «Солнышко»	5-6, 6-7 лет (спортивный зал)	9	8	9	10	6	8	9	8	4	71
	5-7 лет (улица)	4	5	4	5	3	4	4	5	3	37
Итого:		127	128	133	129	97	115	127	127	97	1080

3.5 Режим занятий

День недели	Разновозрастная группа общеразвивающей направленности №12 «Теремок»	Средняя группа комбинированной направленности №3 «Гномики»	Средняя группа комбинированной направленности №13 «Пчёлки»	Старшая группа комбинированной направленности №8 «Капельки»	Разновозрастная группа компенсирующей направленности для детей с ТНР №14 «Солнышко»	Подготовительная к школе группа комбинированной направленности №15 «Знайки»
ПОНЕДЕЛЬНИК	9.00-9.15		9.30-9.50	15.40-16.05		10.10-10.30
ВТОРНИК		9.00-9.20		11.35-11.55 (Улица)	10.10-10.30	
СРЕДА	9.00-9.15		9.30-9.50		10.10-10.30	
ЧЕТВЕРГ		9.00-9.20				11.00-11.25 (Улица)
ПЯТНИЦА	9.00-9.15	8.00-8.20	9.30-9.50	15.40-16.05	11.00-11.25 (Улица)	10.10-10.30

3.6. Календарный план воспитательной работы

Месяц	Основные государственные и народные праздники, памятные даты
Январь	27 января: День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего "лагеря смерти" Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).
Февраль	2 февраля: День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно); 8 февраля: День российской науки; 15 февраля: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества; 21 февраля: Международный день родного языка; 23 февраля: День защитника Отечества.
Март	8 марта: Международный женский день; 18 марта: День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно); 27 марта: Всемирный день театра.
Апрель	12 апреля: День космонавтики
Май	1 мая: Праздник Весны и Труда; 9 мая: День Победы; 19 мая: День детских общественных организаций России; 24 мая: День славянской письменности и культуры.
Июнь	1 июня: День защиты детей; 6 июня: День русского языка; 12 июня: День России; 22 июня: День памяти и скорби.
Июль	8 июля: День семьи, любви и верности.
Август	12 августа: День физкультурника; 22 августа: День Государственного флага Российской Федерации; 27 августа: День российского кино.
Сентябрь	1 сентября: День знаний; 3 сентября: День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом; 8 сентября: Международный день распространения грамотности; 27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников
Октябрь	1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день музыки; 4 октября: День защиты животных; 5 октября: День учителя Третье воскресенье октября: День отца в России
Ноябрь	4 ноября: День народного единства; 8 ноября: День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России; Последнее воскресенье ноября: День матери в России; 30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации

Декабрь	3 декабря: День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно); 5 декабря: День добровольца (волонтера) в России; 8 декабря: Международный день художника; 9 декабря: День Героев Отечества; 12 декабря: День Конституции Российской Федерации; 31 декабря: Новый год
---------	---

Календарный план воспитательной работы

№	Дела	Участники	Сроки проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
Физкультурные досуги, развлечения					
2.1	<i>Взаимодействие с социумом</i>				
	Спортивный комплекс «Энергия» проведение губернаторских состязаний.	Дети 6-7 лет, медицинская сестра.	Март	Инструктор по физической культуре.	
	Совместные мероприятия между школой и ДОО «Весёлые старты»	Дети 6-7 лет родители, воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Май	Инструктор по физической культуре.	
	Участие в творческом конкурсах	Дети 5-7 лет, Дом культуры «Импульс»	Май	Инструктор по физической культуре.	
2.2	<i>Традиции ДОУ</i>				
	Тематические мероприятия по ПДД («Красный, жёлтый, зелёный!», «Каникулы!», «Неделя безопасности», «Дорожная азбука!»)	Дети 2-7 лет, родители, воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Сентябрь, март, май	Инструктор по физической культуре.	
	Соревнования «Лыжня – России»	Дети 2-7 лет, воспитатели. Спортивный комплекс «Энергия»	Февраль	инструктор по физической культуре.	
	Спортивные соревнования совместно со школой (Весёлые старты)	6-7 лет старшего возраста, воспитатели,	Май	Инструктор по физической культуре.	

	День защитника Отечества	Дети 2-7 лет, родители, , воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Февраль	Инструктор по физической культуре	
	День Победы	Дети 2-7 лет, родители, , воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Май	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель	
	«Малые зимние олимпийские игры»;	Дети 4-7 лет, родители, , воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Январь	Инструктор по физической культуре.	
	«День ХМАО-Югры»;	Дети 2-7 лет, родители, , воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Декабрь	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель	
2.3	Культурные практики				
	Проект «Мы за спорт».	Дети 5-6 лет родители, , воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель,	Январь	Инструктор по физической культуре.	
	Спортивный досуг по ПДД «Красный, жёлтый, зелёный!»	Дети с 2-5 лет , воспитатели	Сентябрь	Инструктор по физической культуре.	
	Спортивное мероприятие по ПДД «Мой друг – Светофорик»	Дети 5-7 лет , воспитатели	Сентябрь	Инструктор по физической культуре.	
	Спортивное развлечение «Спорт и я – лучшие друзья»	Дети с 2-5 лет , воспитатели	Октябрь	Инструктор по физической культуре.	

Спортивное мероприятие «Кросс Нации – 2024»	Дети 5-7 лет , воспитатели	Октябрь	Инструктор по физической культуре.	
Досуг «В гостях у лесовичка»	Дети с 2-5 лет , воспитатели	Ноябрь	Инструктор по физической культуре.	
Спортивное развлечение «Школа пешеходных наук»	Дети 5-7 лет , воспитатели	Ноябрь	Инструктор по физической культуре.	
Спортивное развлечение «На зарядку становись»	Дети с 2-5 лет воспитатели	Декабрь	Инструктор по физической культуре.	
Музыкально-спортивное развлечение «Люблю тебя, мой край Югра!»	Дети 5-7 лет воспитатели	Декабрь	Инструктор по физической культуре.	
Спортивный досуг «Волшебные снежинки»	Дети с 2-5 лет воспитатели	Январь	Инструктор по физической культуре.	
Спортивный праздник «Малые зимние Олимпийские игры»	Дети 5-7 лет воспитатели	Январь	Инструктор по физической культуре.	
Праздник «Аты - баты, мы - солдаты»	Дети с 2-5 лет воспитатели	Февраль	Инструктор по физической культуре.	
Праздник «Аты - баты мы - солдаты»	Дети 5-7 лет воспитатели	Февраль	Инструктор по физической культуре.	
Спортивный досуг «Подходи скорей дружок, становись скорей в кружок»	Дети с 2-5 лет воспитатели	Март	Инструктор по физической культуре.	
Спортивное мероприятие по ПДД «Лыжня России – 2024»	Дети 5-7 лет воспитатели	Март	Инструктор по физической культуре.	
Спортивный праздник «Всемирный день здоровья»	Дети с 2-5 лет воспитатели	Апрель	Инструктор по физической культуре.	
Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»	Дети 5-7 лет воспитатели	Апрель	Инструктор по физической культуре.	
Спортивное	Дети с 2-5 лет	Май	Инструктор по	

	развлечение «Мы едем едем, едим в далёкие края »	воспитатели		физической культуре.	
	Спортивный - музыкальный праздник «День Победы»	Дети 5-7 лет воспитатели	Май	Инструктор по физической культуре.	
Взаимодействие с родителями					
	Районные соревнования «Сильные, смелые»	Дети 6-7 лет, родители, воспитатели	Январь	Инструктор по физической культуре.	
	Спортивный праздник «Малые зимние Олимпийские игры»	Дети 2-7 лет, родители, воспитатели	Февраль	Инструктор по физической культуре.	
2.5	Традиции ДОУ				
	Спортивные праздники развлечения «Аты-баты мы солдаты»	Дети 4-7 лет, родители, воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель.	Февраль	Инструктор по физической культуре	
	Мероприятия для детей ОВЗ «Возьмемся за руки, друзья!», «Где добро – там тепло», «Мы вместе!»	Дети 4-7 лет, родители, воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель	Декабрь	Воспитатели, инструктор по физической культуре.	
2.6	Культурные практики группы				
	«День открытых дверей» Утренняя зарядка.	Дети 6-7 лет, родители, воспитатели.	Март	Инструктор по физической культуре.	
	Проект «Разноцветные мячи».	Дети 5-7 лет родители, воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель,	Январь	Инструктор по физической культуре.	

Приложение 1 к рабочей программе инструктора по физической культуре Мальшиев В.И. на 2024-2025 у.г.

**Комплексно-тематическое планирование
ГРУППЫ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Месяц	Учебная неделя	Период	Тема недели	Итоговое мероприятие
Сентябрь	1	02.09 – 06.09	Мы любим спорт	Спортивный досуг «Красный, жёлтый, зелёный!»
	2	09.09 – 13.09	Мы любим спорт	
	3	16.09 – 20.09	Мы юные спортсмены	
	4	23.09 – 27.09	Осенний марафон	
Октябрь	5	30.09 – 04.10	Весёлые мячики	Спортивное развлечение «Спорт и я – лучшие друзья»
	6	07.10 – 11.10	Ярмарка игр	
	7	14.10 – 18.10	Мы спортсмены	
	8	21.10 – 25.10	Я выросту здоровым	
Октябрь - ноябрь	9	28.10 – 01.11	Мы со спортом очень дружим	
Ноябрь	10	05.11 - 08.11	Ловкие ребята, ребята дошколята	Спортивный досуг «В гостях у лесовичка»
	11	11.11 – 15.11	Будем весело шагать по просторам	
	12	18.11 – 22.11	Северные игры	
Ноябрь – декабрь	13	25.11 – 29.11	Край мой северный	
Декабрь	14	02.12 – 06.12	Наступает зима	Спортивное развлечение «На зарядку становись»
	15	09.12 – 13.12	Мой край - Югра, культура, традиции	
	16	16.12 – 20.12	Зимние забавы	
	17	23.12 - 28.12	К нам приходит Новый год	
Январь	18	08.01 - 17.01	Подвижные игры	Спортивный досуг «Волшебные снежинки»
	19	20.01 – 24.01	Зимушка - Зима	
	20	27.01 – 31.01	Путешествие в страну дорожных знаков	
Январь - февраль	21	03.02 – 07.02	Зимние олимпийские игры	
Февраль	22	10.02 – 14.02	Мы brave ребята	Спортивное развлечение «А ты - баты, мы - солдаты»
	23	17.02 – 21.02	Дошколята спортивные ребята	
	24	25.02 – 28.02	День защитника Отечества	
Февраль - март	25	03.03 – 07.03	День защитника Отечества	

Март	26	11.03– 14.03	Весенние старты	Спортивный досуг «Подходи скорей дружок, становись скорей в кружок»»
	27	17.03 – 21.03	Быстрые, смелые, ловкие, умелые	
	28	24.03 – 28.03	Народные игры	
	29	31.03 – 04.04	Веселые старты	
Апрель	30	07.04 – 11.04	Весенний марафон	Спортивный праздник «Всемирный день здоровья»
	31	14.04 – 18.04	Космос	
	32	21.04 – 25.04	Мы юные космонавты	
	33	28.04 – 07.05	Будем весело шагать по просторам	
Май	34	12.05 – 16.05	День победы	Спортивное развлечение «Мы едем, едим в далёкие края »
	35	19.05 – 23.05	Игры нашего двора	
	36	26.05 – 30.05	Спортивные игры	

**РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ
С ТНР**

Месяц	Учебная неделя	Период	Тема недели	Итоговое занятие
Сентябрь	1	02.09 – 06.09	Мой любимый детский сад. Профессии.	Спортивное досуг «Мой друг – Светофорик»
	2	09.09 – 13.09	Осень. Признаки Осени.	
	3	16.09 – 20.09	Огород. Овощи.	
	4	23.09 – 27.09	Сад. Фрукты.	
Октябрь	5	30.09 – 04.10	Лес. Деревья.	Спортивное мероприятие «Кросс Нации – 2024», в зачет ГТО
	6	07.10 – 11.10	Грибы. Ягоды.	
	7	14.10 – 18.10	Я вырасту здоровым.	
	8	21.10 – 25.10	Игрушки.	
Октябрь - ноябрь	9	28.10 – 01.11	Мой дом, мой посёлок, моя страна	Спортивное развлечение «Школа пешеходных наук»
Ноябрь	10	05.11 - 08.11	Одежда. Обувь. Головные уборы.	
	11	11.11 – 15.11	Посуда.	
	12	18.11 – 22.11	Я и моя семья. День матери	
Ноябрь – декабрь	13	25.11 – 29.11	Наступает зима.	Музыкально-спортивное развлечение «Люблю тебя, мой край Югра!»
Декабрь	14	02.12 – 06.12	Зимующие птицы.	
	15	09.12 – 13.12	Мой край-Югра. Животные Севера.	
	16	16.12 – 20.12	Дикие животные наших лесов.	
	17	23.12 - 28.12	К нам приходит Новый год. Мониторинг развития детей.	Спортивный праздник «Малые зимние Олимпийские игры»
Январь	18	08.01 - 17.01	Зимние забавы и развлечения.	
	19	20.01 – 24.01	Домашние животные и птицы зимой.	
	20	27.01 – 31.01	Профессии. Почта. Профессии на стройке.	Спортивный праздник «Аты - баты, мы - солдаты»
Январь - февраль	21	03.02 – 07.02	Профессии. Транспорт.	
Февраль	22	10.02 – 14.02	Мебель.	Спортивный праздник «Аты - баты, мы - солдаты»
	23	17.02 – 21.02	Комнатные растения.	
	24	25.02 – 28.02	День защитника	

			Отечества.	
Февраль - март	25	03.03 – 07.03	Весна. Признаки весны.	
Март	26	11.03– 14.03	Мамин праздник. Женские профессии.	Спортивное мероприятие Всероссийские соревнования «Лыжня России – 2024»
	27	17.03 – 21.03	Дикие и домашние животные весной.	
	28	24.03 – 28.03	Рыбы.	
	29	31.03 – 04.04	Перелётные птицы.	
Апрель	30	07.04 – 11.04	Сельскохозяйственные работы. Хлеб.	Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»
	31	14.04 – 18.04	Космос.	
	32	21.04 – 25.04	Мой поселок. Моя улица. Правила дорожного движения.	
	33	28.04 – 07.05	Электроприборы. Пожарная безопасность.	
Май	34	12.05 – 16.05	День Победы. Полевые цветы.	Спортивный праздник «День Победы»
	35	19.05 – 23.05	Насекомые.	
	36	26.05 – 30.05	Времена года. Лето.	Спортивное развлечение «Веселый перекресток»

ГРУППА КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Месяц	Учебная неделя	Период	Тема недели	Итоговое занятие
Сентябрь	1	02.09 – 06.09	«Детский сад»	Спортивное досуг «Мой друг – Светофорик»
	2	09.09 – 13.09	«Осень. Признаки осени»	
	3	16.09 – 20.09	«Огород. Овощи»	
	4	23.09 – 27.09	«Грибы. Ягоды»	
Октябрь	5	30.09 – 04.10	«Сад. Фрукты»	Спортивное мероприятие «Кросс Нации – 2024», в зачет ГТО
	6	07.10 – 11.10	«Лес. Деревья»	
	7	14.10 – 18.10	«Игрушки»	
	8	21.10 – 25.10	«Дом, семья»	
Октябрь - ноябрь	9	28.10 – 01.11	«Мой дом, мой посёлок»	Спортивное развлечение «Школа пешеходных наук»
Ноябрь	10	05.11 - 08.11	«Одежда. Обувь. Головные уборы»	
	11	11.11 – 15.11	«Мебель»	
	12	18.11 – 22.11	«Посуда»	
Ноябрь – декабрь	13	25.11 – 29.11	«Человек (строение, эмоции и чувства)	
Декабрь	14	02.12 – 06.12	«Зима»	Музыкально-спортивное развлечение «Люблю тебя, мой край Югра!»
	15	09.12 – 13.12	«Мой край – Югра»	
	16	16.12 – 20.12	«Зимующие птицы»	
	17	23.12 - 28.12	«К нам приходит Новый год»	
Январь	18	08.01 - 17.01	«Дикие животные наших лесов»	Спортивный праздник «Малые зимние Олимпийские игры»
	19	20.01 – 24.01	«Домашние животные и птицы»	
	20	27.01 – 31.01	«Труд взрослых»	
Январь - февраль	21	03.02 – 07.02	«Профессии. Почтальон»	
Февраль	22	10.02 – 14.02	«Профессии. Транспорт»	Спортивный праздник «Аты - баты, мы - солдаты»
	23	17.02 – 21.02	«Профессии. Пап»	
	24	25.02 – 28.02	«Мой папа»	
Февраль - март	25	03.03 – 07.03	«Мама»	
Март	26	11.03– 14.03	«8 Марта – Женский день»	Спортивное мероприятие

	27	17.03 – 21.03	«Женские профессии. Профессия - продавец»	Всероссийские соревнования «Лыжня России – 2024»
	28	24.03 – 28.03	«Весна. Признаки весной»	
	29	31.03 – 04.04	«Домашние животные весной»	
Апрель	30	07.04 – 11.04	«День космонавтики»	Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»
	31	14.04 – 18.04	«Перелетные птицы»	
	32	21.04 – 25.04	«Правила дорожного движения»	
	33	28.04 – 07.05	«Аквариумные рыбки»	
Май	34	12.05 – 16.05	«День Победы»	Спортивный праздник «День Победы»
	35	19.05 – 23.05	«Насекомые. Цветы на лугу и в поле»	
	36	26.05 – 30.05	«Здравствуй лето!»	Спортивное развлечение «Веселый перекресток»

Перспективный план взаимодействия с педагогами

Срок	Тема	Формы и методы работы
Сентябрь	1)«На работу на велосипеде» 2) «Кросс Нации – 2024», в зачет ГТО 3)Проведение диагностики по уровню физической подготовленности.	Акция Всероссийский день бега
Октябрь	Районные спортивно-массовые мероприятия, посвященные «Международному дню толерантности», в зачет ГТО	Спортивно-массовые мероприятия
Ноябрь	«Оформление физкультурных уголков в соответствии с возрастными особенностями детей»	Индивидуальные беседы
Декабрь	Ритмические упражнения для детей 6-7 лет, как средство развития в соответствии с их возрастными, индивидуальными особенностями и творческого потенциала каждого ребенка	Мастер класс
Январь	Обсуждение, подготовка и проведение праздника Зимний праздник «Олимпийские игры»	Организация проведения мероприятия
Февраль	Обсуждение, подготовка и проведение праздника Спортивный праздник «Аты-баты мы солдаты»	Организация проведения мероприятия
Март	Утренняя гимнастика	Участие педагога в открытом просмотре утренней гимнастики (старшие гр, подготовительной гр)
Апрель	«Губернаторские состязания»	Организация проведения мероприятия
Май	Проведение диагностики по уровню физической подготовленности.	Организация проведения мероприятия

Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений с детьми групп общеразвивающей направленности

Разновозрастная группа общеразвивающей направленности №12 «Теремок» (2-4лет)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
<u>Задачи:</u> побуждать детей к двигательной активности; формировать умение сохранять устойчивое положение тела; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
1	1,2, ,3 4	Мы любим спорт	Не наталкиваясь друг на друга. Стайкой за воспитателем	За воспитателем.	На двух ногах на месте.	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4м).	Скатывание мяча с горки.	«Идите (бегите) ко мне» «К мишке (лисичке) в гости» «Собери комочки (колечки, пирамидку)»
2	5, 6, 7	Мы любим спорт		От воспитателя.	На двух ногах, слегка продвигаясь вперед.	Проползание в вертикально стоящий обруч.	Катание мяча в паре с воспитателем.	
3	8, 9, 10	Мы юные спортсмены			Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Подлезание под воротца, дугу, веревку, скакалку (высота 30-50см)	Прокатывание мяча (шаров) двумя руками и одной рукой (поочередно правой и левой)	
4	11, 12, 13	Осенний марафон						
<u>Задачи:</u> способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.								
5	14 15 16	Весёлые мячики	Стайкой за воспитателем.	От воспитателя.	На двух ногах на месте.	Проползание в вертикально стоящий обруч.	Катание мяча в паре с воспитателем.	«К мишке (лисичке) в гости» «Собери комочки (колечки, пирамидку)»
6	17 18 19	Ярмарка игр Мы спортсмены	С согласованным и, свободными	В различных направлениях.	На двух ногах, слегка продвигаясь	Подлезание под воротца,	Прокатывание мяча (шаров)	

7	20 21 22	Я выросу здоровым	движениями рук и ног.		вперед.	дугу, веревку, скакалку (высота 30-50см)	двумя руками и одной рукой (поочередно правой и левой)	«Доползи до игрушки»
8	23 24 25				Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.			
<u>Задачи:</u> воспитывать умение действовать самостоятельно; формировать основные жизненно важные движения; развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; обеспечивать закаливание организма детей.								
9	26 27 28	Мы со спортом очень дружим	В прямом направлении.	Не наталкиваясь друг на друга. В различных направлениях.	На двух ногах на месте.	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4м). Проползание в вертикально стоящий обруч.	Скатывание мяча с горки. Катание мяча в паре с воспитателем.	«Доползи до игрушки»
10	29 30 31	Ловкие ребята, ребята дошколята	По кругу взявшись за руки.		На двух ногах, слегка продвигаясь вперед.			
11	32 33 34	Будем весело шагать по просторам		Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола.	«Подпрыгни до ладони» («Попрыгай как мячик»)			
12	35 36 37	Северные игры Край мой северный		Край мой северный		Подлезание под воротца, дугу, веревку, скакалку (высота 30-50см)	«Догони мяч» («Прокати мяч и догони его»)	
13	38 39 40				«Проползи под дугой»			
<u>Задачи:</u> формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках); побуждать детей к двигательной активности; формировать умение сохранять устойчивое положение тела; совершенствовать грациозность, выразительность движений; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
14	41 42 43	Наступает зима	Перешагивая через	За воспитателем,	Перепрыгивание через линию,	Проползание в заданном	Катание мяча двумя руками	«Пройди по дорожке»

15	44 45 46	Мой край - Югра, культура, традиции	предметы. В прямом направлении (обычная, приставными шагами).	от воспитателя. Догоняя катящиеся предметы.	веревку, лежащую на полу. На двух ногах с продвижением вперед.	направлении. Проползание заданного расстояния до предмета.	воспитателю и друг другу. Скатывание мяча с горки.	«Пройди по мостику» «Перелезь через бревна»
16	47 48 49	Зимние забавы						
17	50 51 52	К нам приходит Новый год			Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Проползание в вертикально стоящий обруч. Перелазание через валик. Подползание под веревку, воротца, дугу.		«Брось (прокати, лови) мяч» «Через ручеек»
<u>Задачи:</u> способствовать психофизическому развитию детей; учить выразительности движений; обеспечивать закаливание организма детей.								
18	53 54 55	Подвижные игры	С опорой на зрительные ориентиры.	За воспитателем, от воспитателя.	Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу.	Проползание в заданном направлении.	Бросание мяча двумя руками снизу.	«Пройди по дорожке»
19	56 57 58	Зимушка - Зима						
20	59 60 61	Путешествие в страну дорожных знаков	По кругу, взявшись за руки.	Догоняя катящиеся предметы.	На двух ногах с продвижением вперед.	Проползание в вертикально стоящий обруч.	Катание мяча двумя руками воспитателю и друг другу.	«Перелезь через бревна» «Брось (прокати, лови) мяч»
21	62 63 64	Зимние олимпийские игры	В прямом направлении (обычная, приставными шагами).	В различных направлениях.	Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Перелазание через валик. Подползание под веревку, воротца, дугу.	Ловля мяча, брошенного воспитателем. Перебрасывание мяча через ленту (веревку), натянутую на уровне груди ребенка.	«Через ручеек»

<u>Задачи:</u> воспитывать самостоятельно действовать; формировать основные жизненно важные движения; обеспечивать закаливание организма детей.								
22	65 66 67	Мы brave ребята	В прямом направлении.	В различных направлениях.	Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу.	Проползание заданного расстояния до предмета.	Бросание мяча двумя руками снизу.	«Пройди по дорожке»
23	68 69 70	Дошколята спортивные ребята	С опорой на зрительные ориентиры.	Между двумя линиями.	На двух ногах с продвижением вперед.	Проползание в вертикально стоящий обруч.	Катание мяча двумя руками воспитателю и друг другу.	«Пройди по мостику»
24	71 72	День защитника Отечества	Со сменой направления движения.					«Проползи в воротца»
25	73 74 75	День защитника Отечества			Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Подползание под веревку, воротца, дугу.	Прокатывание поочередно правой и левой рукой. Скатывание мяча с горки. Ловля мяча, брошенного воспитателем.	«Через ручеек» «Скати с горки» («Скати и догони») «Попрыгай как мячик» «Прокати мяч и догони его»
<u>Задачи:</u> побуждать к двигательной активности; учить разнообразно действовать с мячом; обеспечивать укрепление здоровья детей.								
26	76 77	Весенние старты	Огибаая предметы.	Между двумя линиями, не наступая на них.	С места на двух ногах как можно дальше.	Перелезание через бревно.	Бросание мяча взрослому двумя руками.	«Перешагни через палку (ручеек)»
27	78 79 80	Быстрые, смелые, ловкие, умелые	Со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога	За воспитателем, от воспитателя.	Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.	Проползание заданного расстояния до ориентира.	Прокатывание мяча одной и двумя руками в произвольном направлении.	«Пройди по дорожке»
28	81 82 83	Народные игры				Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки)	Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой под (между)	«Перепрыгни через ручеек»
29	84 85 86	Веселые старты						«Курочка-хохлатка» «Мой веселый, звонкий мяч»

							предметами.	
<u>Задачи:</u> способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве; обеспечивать закаливание организма детей.								
30	87 88 89	Весенний марафон	Со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога.	Между двумя линиями, не наступая на них.	С места на двух ногах как можно дальше.	Перелезание через бревно.	Прокатывание мяча одной и двумя руками в произвольном направлении.	«Курочка-хохлатка»
31	90 91 92	Космос			Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки).		«Мишки идут по лесу»
32	93 94 95	Мы юные космонавты	С перешагиванием веревки, палки, приподнятой на высоту 5-15см.	Со сменой направления движения в соответствии с указанием педагога.		Подползание под гимнастическую палку (веревку, дугу, скамейку).	Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой под (между) предметами.	«Попади в воротца»
33	96 97 98	Будем весело шагать по просторам			Перепрыгивание через две параллельные линии.	Подползание под гимнастическую палку (веревку, дугу, скамейку).		
						Проползание в вертикально стоящий обруч.		
<u>Задачи:</u> воспитывать умение действовать самостоятельно; формировать основные жизненно важные движения; обеспечивать закаливание организма детей.								
34	99 100 101 102 103 104	День победы	Огибающая предметы.	Медленный – до 80м	С места на двух ногах как можно дальше.	Перелезание через бревно.	Бросание мяча взрослому двумя руками.	«Перешагни через палку (ручеек)»
35	105 106 107	Игры нашего двора	С перешагиванием веревки, палки, приподнятой на высоту 5-15см.	Непрерывный - 30-40сек	Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки).	Прокатывание мяча одной и двумя руками в произвольном направлении.	«Мишки идут по лесу»
36	108	Спортивные игры			Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.	Подползание под гимнастическую палку (веревку, дугу,	Прокатывание мячей поочередно правой и левой	«Попади в воротца» «Мой веселый, звонкий мяч»

					Перепрыгивание через две параллельные линии.	скамейку). Проползание в вертикально стоящий обруч.	рукой под (между) предметами.	
--	--	--	--	--	---	--	-------------------------------------	--

- ЛИТЕРАТУРА: 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.

Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений с детьми групп комбинированной направленности

Средняя группа комбинированной направленности №3 «Гномики» (4-5 лет)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
Задачи: приучать детей действовать совместно; формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении; обеспечивать профилактику нарушений осанки.								
1	1,2, ,3 4	Мы любим спорт	Обычная, на носках, с высоким подниманием колена.	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой (5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Катание мячей в определенном направлении. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	«Поезд» «По ровненькой дорожке» «Бегите к флажку»
2	5, 6, 7	Мы любим спорт		По кругу друг за другом.	На двух ногах на месте с произвольным движением рук.			
3	8, 9, 10	Мы юные спортсмены	Парами, взявшись за руки.					
4	11, 12, 13	Осенний марафон			Проползание в вертикально стоящий обруч, под дугой.			
Задачи: мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях; формировать умение ориентироваться в пространстве; обеспечивать закаливание организма детей.								
5	14 15 16	Весёлые мячики	Обычная, на носках, с высоким подниманием	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой	Катание мячей в определенном направлении.	«Птички и птенчики»
6	17 18 19	Ярмарка игр		По кругу друг	Через линии			

7	20 21 22	Мы спортсмены Я выросу здоровым	колена.	за другом.	(веревочки), поочередно через каждую.	(5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	гнездышках» «К мишке в гости» «Бегите ко мне!»
8	23 24 25		Парами, взявшись за руки. По кругу друг за другом, держась за руки.		На двух ногах на месте с произвольным движением рук.	Подлезание под веревку (дугу) (высота 50см), не касаясь руками пола. Проползание в вертикально стоящий обруч, под дугой. Лазанье по гимнастическо й лестнице, лежащей на полу.		
<u>Задачи:</u> воспитывать умение самостоятельно действовать; формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки); обеспечивать закаливание организма детей.								
9	26 27 28	Мы со спортом очень дружим Ловкие ребята, ребята дошколята Будем весело шагать по просторам Северные игры Край мой северный	По кругу друг за другом, держась за руки.	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой (5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Катание мячей в определенном направлении.	«Птички в гнездышках»
10	29 30 31		С выполнением заданий (с остановкой, поворотом, приседанием).	По кругу друг за другом.	Через линии (веревочки), поочередно через каждую.	Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	«Курочка- хохлатка»	
11	32 33 34			Враспынную.	На двух ногах на месте с произвольным движением рук.	Ловля мяча, брошенного педагогом	«Карусель»	
12	35 36 37					Подлезание под веревку (дугу) (высота 50см), не		

13	38 39 40	Край мой северный				касясь руками пола. Лазанье по гимнастическо й лестнице, лежащей на полу.	(расстояние 70-100см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол.	
<u>Задачи:</u> поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
14	41 42 43	Наступает зима	В заданном направлении.	По кругу (не держась за руки).	На месте, в сочетании с различными движениями рук.	Проползание на четвереньках, на животе в заданном направлении.	Катание мячей друг другу из положения сидя на полу лицом друг к другу (под предметами, между предметами).	«Лохматый пес»
15	44 45 46	Мой край - Югра, культура, традиции	Сочетая ходьбу с движениями рук (вверх, в стороны, вперед).	С выполнением заданий педагога (останавливать ся, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место).	С продвижением вперед до заданного ориентира.	Подлезание под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола.	Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой (расстояние 2-3м).	«Курочка-хохлатка»
16	47 48 49	Зимние забавы						
17	50 51 52	К нам приходит Новый год						
						Лазание по лесенке-дуге (лесенке-стремянке).	Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м).	«Поймай снежинку»
							Бросание малого мяча вдаль	

							правой и левой рукой.	
Задачи: формировать у детей потребность в двигательной активности; приучать действовать совместно; формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении.								
18	53 54 55	Подвижные игры	Сочетая ходьбу с движениями рук (вверх, в стороны, вперед). Со сменой направления по сигналу.	С выполнением заданий педагога (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место). Непрерывный в медленном темпе (50-60сек).	На месте, в сочетании с различными движениями рук. С продвижением вперед до заданного ориентира. На одной ноге (правой и левой поочередно) (попытки).	Проползание на четвереньках, на животе в заданном направлении. Лазание по лесенке-дуге (лесенке-стремянке).	Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой (расстояние 2-3м). Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м). Бросание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100см)	«Курочка-хохлатка» «Поймай снежинку» «Найди свое место»
19	56 57 58	Зимушка - Зима						
20	59 60 61	Путешествие в страну дорожных знаков						
21	62 63 64	Зимние олимпийские игры						
Задачи: продолжать развивать разнообразные виды движения; формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях; способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной деятельности.								
22	65 66 67	Мы brave ребята	Со сменой направления по сигналу.	С выполнением заданий	С продвижением вперед до заданного	Проползание на четвереньках,	Метание малого мяча в горизонтальную	«Лохматый пес» «Курочка-

23	68 69 70	Дошколята спортивные ребята	По гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой. По ребристой доске.	педагога (останавливать ся, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место).	ориентира. Прыжки через 4-6 линий (поочередно через каждую).	на животе в заданном направлении. Подлезание под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола. Лазание по лесенке-дуге (лесенке- стремянке).	цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5- 2м). Бросание мяча вверх, вниз, об пол, его ловля (2-3 раза подряд). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70- 100см)	«хохлатка» «Поймай комара» «Найди свое место» «Прокати в ворота»	
24	71 72	День защитника Отечества							
25	73 74 75	День защитника Отечества			Непрерывный в медленном темпе (50- 60сек).	На одной ноге (правой и левой поочередно) (попытки).			
<u>Задачи:</u> формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве; учить пользоваться физкультурным оборудованием; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.									
26	76 77	Весенние старты	По ребристой доске с перешагивание м через предметы. С перешагивание м через рейки лестницы, положенной на пол.	Догоняя катящиеся предметы.	В длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30см)	Пролезание в обруч.	Отбивание мяча об пол одной рукой (попытки).	«Курочка- хохлатка»	
27	78 79 80	Быстрые, смелые, ловкие, умелые			В быстром темпе (расстояние 10м)	В длину с места на расстояние не менее 40см.	Перелезание через бревно.	Бросание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5-2 м)	«Найди, что спрятано»
28	81 82 83	Народные игры							«Воробышки и кот»
29	84 85 86	Веселые старты							
<u>Задачи:</u> способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности; продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные виды движений; обеспечивать закаливание организма детей.									
30	87 88 89	Весенний марафон	По ребристой доске с перешагивание м через предметы.	Догоняя катящиеся предметы.	С высоты 15см на мат.	Пролезание в обруч.	Отбивание мяча об пол одной рукой (попытки).	«Найди, что спрятано»	
31	90 91 92	Космос			В быстром темпе	Через предметы. В длину с места на	Перелезание через бревно.	Бросание мяча из-за головы.	«Воробышки и кот»

32	93 94 95	Мы юные космонавты	С перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол.	(расстояние 10м)	расстояние не менее 40см.	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5м)		«Мыши и кот»
33	96 97 98	Будем весело шагать по просторам	По наклонной доске (высота 30-35см)	По прямой и извилистой дорожке (длина 5м, ширина 25см)				«Сбей кеглю» «Кто дальше бросит мешочек»
<u>Задачи:</u> развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; приучать выполнять правила в игровых упражнениях; воспитывать интерес к физическим упражнениям.								
34	99 100 101 102 103 104	День победы	С перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол.	В быстром темпе (расстояние 10м)	С высоты 15см на мат.	Пролезание в обруч.	Бросание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5-2 м)	«Найди, что спрятано»
35	105 106 107	Игры нашего двора	По наклонной доске (высота 30-35см)	По прямой и извилистой дорожке (длина 5м, ширина 25см)	В длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30см)	Перелезание через бревно.		«Воробышки и кот»
36	108	Спортивные игры	Медленное кружение в обе стороны.		В длину с места на расстоянии не менее 40см.	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5м)	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5м)	«Мыши и кот» «Сбей кеглю» «Кто дальше бросит мешочек»

ЛИТЕРАТУРА: 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.

Средняя группа комбинированной направленности №13 «Пчёлки» (4-5 лет)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
<p>Задачи: приучать детей действовать совместно; формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении; обеспечивать профилактику нарушений осанки.</p>								
1	1,2, ,3 4	Мы любим спорт	Обычная, на носках, с высоким подниманием колена.	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой (5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Катание мячей в определенном направлении. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	«Поезд»
2	5, 6, 7	Мы любим спорт		По кругу друг за другом.	На двух ногах на месте с произвольным движением рук.			«По ровненькой дорожке»
3	8, 9, 10	Мы юные спортсмены	Парами, взявшись за руки.			Проползание в вертикально стоящий обруч, под дугой.		«Бегите к флажку»
4	11, 12, 13	Осенний марафон						
<p>Задачи: мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях; формировать умение ориентироваться в пространстве; обеспечивать закаливание организма детей.</p>								
5	14 15 16	Весёлые мячики	Обычная, на носках, с высоким подниманием колена.	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой (5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Катание мячей в определенном направлении. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	«Птички и птенчики»
6	17 18 19	Ярмарка игр		По кругу друг за другом.	Через линии (веревочки), поочередно через каждую.			«Птички в гнездышках»
7	20 21 22	Мы спортсмены	Парами, взявшись за руки.		На двух ногах на месте с произвольным	Подлезание под веревку		«К мишке в гости»
8	23 24 25	Я выросу здоровым						

			за другом, держась за руки.		движением рук.	(дугу) (высота 50см), не касаясь руками пола. Проползание в вертикально стоящий обруч, под дугой. Лазанье по гимнастическо й лестнице, лежащей на полу.		
<u>Задачи:</u> воспитывать умение самостоятельно действовать; формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки); обеспечивать закаливание организма детей.								
9	26 27 28	Мы со спортом очень дружим	По кругу друг за другом, держась за руки.	В заданном направлении.	С продвижением вперед (2-3м).	Проползание на четвереньках по прямой (5м), между предметами, вокруг них, под веревкой.	Катание мячей в определенном направлении.	«Птички в гнездышках»
10	29 30 31	Ловкие ребята, ребята дошколята	С выполнением заданий (с остановкой, поворотом, приседанием).	По кругу друг за другом.	Через линии (веревочки), поочередно через каждую.	Подлезание под веревку (дугу) (высота 50см), не касаясь руками пола.	Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (2-3 раза подряд).	«Курочка- хохлатка»
11	32 33 34	Будем весело шагать по просторам		Врассыпную.	На двух ногах на месте с произвольным движением рук.	Лазанье по гимнастическо й лестнице, лежащей на		«Карусель»
12	35 36 37	Северные игры Край мой северный					Ловля мяча, брошенного педагогом (расстояние 70- 100см).	
13	38 39 40	Край мой северный					Бросание мяча вверх, вниз, об пол.	

						полу.		
Задачи: поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
14	41 42 43	Наступает зима	В заданном направлении.	По кругу (не держась за руки).	На месте, в сочетании с различными движениями рук.	Проползание на четвереньках, на животе в заданном направлении.	Катание мячей друг другу из положения сидя на полу лицом друг к другу (под предметами, между предметами).	«Лохматый пес»
15	44 45 46	Мой край - Югра, культура, традиции	Сочетая ходьбу с движениями рук (вверх, в стороны, вперед).	С выполнением заданий педагога (останавливаясь, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место).	С продвижением вперед до заданного ориентира.	Подлезание под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола.	Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой (расстояние 2-3м).	«Курочка-хохлатка»
16	47 48 49	Зимние забавы						
17	50 51 52	К нам приходит Новый год						
Задачи: формировать у детей потребность в двигательной активности; приучать действовать совместно; формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении.								
18	53 54 55	Подвижные игры	Сочетая ходьбу	С	На месте, в	Проползание	Метание на	«Курочка-

19	56 57 58	Зимушка - Зима	с движениями рук (вверх, в стороны, вперед).	выполнением заданий педагога (останавливаться, убежать от догоняющего,	сочетании с различными движениями рук.	на четвереньках, на животе в заданном направлении.	дальность малого мяча правой и левой рукой (расстояние 2-3м).	«Поймай снежинку»
20	59 60 61	Путешествие в страну дорожных знаков	Со сменой направления по сигналу.	догонающего, убегающего, бежать по сигналу в указанное место).	С продвижением вперед до заданного ориентира.	Лазание по лесенке-дуге (лесенке-стремянке).	Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м).	«Найди свое место»
21	62 63 64	Зимние олимпийские игры		Непрерывный в медленном темпе (50-60сек).	На одной ноге (правой и левой поочередно) (попытки).		Бросание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100см)	
Задачи: продолжать развивать разнообразные виды движения; формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях; способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной деятельности.								
22	65 66 67	Мы brave ребята	Со сменой направления по сигналу.	С выполнением заданий педагога (останавливаться, убежать от догоняющего,	С продвижением вперед до заданного ориентира.	Проползание на четвереньках, на животе в заданном направлении.	Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м).	«Лохматый пес»
23	68 69 70	Дошколята спортивные ребята	По гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной	догонающего, догонять убегающего, бежать по	Прыжки через 4-6 линий (поочередно через каждую).			«Курочка-хохлатка»
24	71 72	День защитника Отечества				Подлезание под препятствие		«Поймай комара»
25	73 74 75	День защитника						«Найди свое место»

		Отечества	ноги к носку другой. По ребристой доске.	сигналу в указанное место). Непрерывный в медленном темпе (50-60сек).	На одной ноге (правой и левой поочередно) (попытки).	(высота 50см), не касаясь руками пола. Лазание по лесенке-дуге (лесенке-стремянке).	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, его ловля (2-3 раза подряд). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100см)	«Прокати в ворота»
Задачи: формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве; учить пользоваться физкультурным оборудованием; обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
26	76 77	Весенние старты	По ребристой доске с перешагивание м через предметы.	Догоня катящиеся предметы.	В длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30см)	Пролезание в обруч.	Отбивание мяча об пол одной рукой (попытки).	«Курочка-хохлатка»
27	78 79 80	Быстрые, смелые, ловкие, умелые	С перешагивание м через рейки лестницы, положенной на пол.	В быстром темпе (расстояние 10м)	В длину с места на расстояние не менее 40см.	Перелазание через бревно.	Бросание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5-2 м)	«Найди, что спрятано»
28	81 82 83	Народные игры						«Воробышки и кот»
29	84 85 86	Веселые старты						
Задачи: способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности; продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные виды движений; обеспечивать закаливание организма детей.								
30	87 88 89	Весенний марафон	По ребристой доске с перешагивание м через предметы.	Догоня катящиеся предметы.	С высоты 15см на мат.	Пролезание в обруч.	Отбивание мяча об пол одной рукой (попытки).	«Найди, что спрятано»
31	90 91 92	Космос	С перешагивание м через рейки лестницы, положенной на пол.	В быстром темпе (расстояние 10м)	Через предметы.	Перелазание через бревно.	Бросание мяча из-за головы.	«Воробышки и кот»
32	93 94 95	Мы юные космонавты			В длину с места на расстояние не менее 40см.	Лазанье по гимнастическо й стенке (высота 1,5м)		«Мыши и кот»
33	96 97 98	Будем весело шагать по просторам		По прямой и извилистой дорожке (длина 5м,				«Сбей кеглю» «Кто дальше бросит мешочек»

			По наклонной доске (высота 30-35см)	ширина 25см)				
<u>Задачи:</u> развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; приучать выполнять правила в игровых упражнениях; воспитывать интерес к физическим упражнениям.								
34	99 100 101 102 103 104	День победы	С перешагивание м через рейки лестницы, положенной на пол.	В быстром темпе (расстояние 10м)	С высоты 15см на мат.	Пролезание в обруч.	Бросание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5-2 м)	«Найди, что спрятано»
35	105 106 107	Игры нашего двора		По прямой и извилистой дорожке (длина 5м, ширина 25см)	В длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30см)	Перелезание через бревно.		«Воробышки и кот»
36	108	Спортивные игры	По наклонной доске (высота 30-35см) Медленное кружение в обе стороны.		В длину с места на расстоянии не менее 40см.	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5м)	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5м)	«Мыши и кот» «Сбей кеглю» «Кто дальше бросит мешочек»

ЛИТЕРАТУРА: 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.

СТАРШАЯ ГРУППА КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ № 8 «КАПЕЛЬКИ» (5-6 ЛЕТ)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
<p>Задачи: побуждать детей сознательно относиться к своему здоровью. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.</p>								
1	1 2 3	Мы любим спорт	Гимнастически м шагом,	Высоко поднимая колени,	На двух ногах на месте в чередовании с ходьбой.	Ползание на четвереньках по гимнастическо й скамейке.	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно.	«Чье звено скорее соберется»
2	6 7 8	Мы любим спорт	перекатом с пятки на носок.	выбрасывая прямые ноги вперед.	Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см).	Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	«Хитрая лиса»
3	9 10 11	Мы юные спортсмены	В полуприседе.	Широким и мелким шагом.				«Веселые лягушки»
4	12 13 14	Осенний марафон						
<p>Задачи: продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.</p>								
5	15 16 17	Весёлые мячики	В полуприседе.	Широким и мелким шагом.	Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см).	Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	«Чье звено скорее соберется»
6	18 19 20	Ярмарка игр	Приставными шагами вперед и назад.	Спиной вперед, сохраняя направление.			Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками.	«Хитрая лиса»
7	21 22 23	Мы спортсмены						«Веселые лягушки»
8	24 25 26	Я выросу здоровым			С зажатым между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по гимнастическо й скамейке, подтягиваясь руками.		«Школа мяча» Эстафета «Сбор урожая»

Задачи: продолжать совершенствовать навыки и ходьбы, бега, выполнения гимнастических упражнений. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость. Формировать правильную осанку, способствовать общему укреплению здоровья детей.								
9	27 28 29	Мы со спортом очень дружим	Приставными шагами вперед и назад.	Спиной вперед, сохраняя направление.	С зажатым между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками.	«Хитрая лиса»
10	30 31 32	Ловкие ребята, ребята дошколята	В колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге.	В колонне по одному, по двое.	С максимальным вращением вокруг оси своего тела (вправо и влево)	Ползание на спине по гимнастической, отталкиваясь ногами.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля одной рукой.	«Школа мяча» Эстафета «Сбор урожая»
11	33 34 35	Будем весело шагать по просторам						
12	36 37 38	Северные игры Край мой северный						
13	39 40 41	Край мой северный						
Задачи: обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. Формировать стойкий интерес к занятиям физической культурой. Продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.)								
14	42 43 44	Наступает зима	По гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Непрерывный бег в течение 2-3 минут в медленном темпе.	Через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый.	Пролезание в обруч разными способами.	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками с хлопками, поворотами.	«Перебежки»
15	45 46 47	Мой край - Югра, культура, традиции				Пролезание под дугу разными способами.		«Два Мороза»
16	48 49 50	Зимние забавы	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.	На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.		Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	
17	51 52 53	К нам приходит Новый год						
Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закаливание организма детей.								
18	54 55 56	Подвижные игры	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.	На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.	Пролезание под дугу разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в	«Два Мороза»
19	57 58 59	Зимушка - Зима	Приседая на					«Снежная карусель»

20	60 61 62	Путешествие в страну дорожных знаков	одной ногой и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	С преодолением препятствий.	Вверх из глубокого приседа.	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами.	движении. Ведение мяча в разных направлениях.	«Кто самый меткий?»
21	63 64 65	Зимние олимпийские игры						
Задачи: способствовать дальнейшему совершенствованию навыков ходьбы и бега, устойчивого положения тела. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ручную и локомоторную ловкость и т.д.). Учить взаимодействию друг с другом в игровых упражнениях.								
22	66 67 68	Мы brave ребята	С набивным мешочком на голове.	С преодолением препятствий.	Вверх из глубокого приседа.	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами.	Ведение мяча в разных направлениях.	«Перебежки» «Два Мороза»
23	69 70 71	Дошколята спортивные ребята	Приседа на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	Челночный.	На мягкое покрытие с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Перебрасывание набивных мячей.	«Кто самый меткий?» «Веселые соревнования»
24	72 73	День защитника Отечества						
25	74 75 76	День защитника Отечества	Поднимая одну ногу и делая под ней хлопок.					
Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Совершенствовать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закаливание организма детей.								
26	77 78	Весенние старты	По гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагивание м предметов.	Со средней скоростью на 80-120м в чередовании с ходьбой.	Через короткую скакалку, вращая ее вперед (10-15 прыжков).	Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой.	Метание на дальность правой и левой рукой.	«Пустое место» «Караси и щука» «Веселый бубен»
27	79 80 81	Быстрые, смелые, ловкие, умелые			В длину с места с разбега.	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	Метание в движущуюся цель.	
28	82 83 84	Народные игры		Со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.				
29	85 86 87	Веселые старты	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.					

Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега, выполнения упражнений в основных организационных действиях. Формировать быстроту реакции в игровых упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.								
30	88 89 90	Весенний марафон	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.	В длину с места с разбега.	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	Метание в движущуюся цель.	«Охотники и утки»
31	91 92 93	Космос		В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.	С высоты.		Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Веселый бубен»
32	94 95 96	Мы юные космонавты	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.					«Ловишки»
33	97 98 99	Будем весело шагать по просторам				Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.		«Посадка картофеля» (игра-эстафета)
Задачи: совершенствовать навык устойчивого равновесия. Учить детей подбрасывать и ловить мяч на уровне груди. Развивать ручную и локомоторную ловкость. Способствовать закаливанию организма детей.								
34	100 101 102 103 104	День победы	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.	В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.	С высоты.	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Охотники и утки»
35	105 106 107	Игры нашего двора			Через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся, вращающуюся).			«Веселый бубен»
36	108	Спортивные игры	Кружение с закрытыми глазами.	На скорость.		Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по	Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	«Ловишки»
								«Посадка картофеля» (игра-эстафета)

						диагонали.		
--	--	--	--	--	--	------------	--	--

ЛИТЕРАТУРА: 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЯ К ШКОЛЕ ГРУППА КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ № 15 «ЗНАЙКИ» (6-7 ЛЕТ)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
<u>Задачи:</u> побуждать детей сознательно относиться к своему здоровью. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
1	1 2 3	Мы любим спорт	Гимнастически м шагом, перекатом с пятки на носок. В полуприседе.	Высоко поднимая колена, выбрасывая прямые ноги вперед. Широким и мелким шагом.	На двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	Ползание на четвереньках по гимнастическо й скамейке. Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см).	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно. Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	«Чье звено скорее соберется»
2	6 7 8	Мы любим спорт						«Хитрая лиса»
3	9 10 11	Мы юные спортсмены						«Веселые лягушки»
4	12 13 14	Осенний марафон						
<u>Задачи:</u> продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
5	15 16 17	Весёлые мячики	В полуприседе.	Широким и мелким шагом.	Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см).	Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	«Чье звено скорее соберется»
6	18 19 20	Ярмарка игр Мы спортсмены	Проставными шагами вперед и назад.	Спиной вперед, сохраняя направление.			Бросание мяча вверх, об пол,	«Хитрая лиса» «Веселые

7	21 22 23	Я выросу здоровым			С зажатом между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.	его ловля двумя руками.	лягушки»
8	24 25 26							«Школа мяча» Эстафета «Сбор урожая»
Задачи: продолжать совершенствовать навыки и ходьбы, бега, выполнения гимнастических упражнений. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость. Формировать правильную осанку, способствовать общему укреплению здоровья детей.								
9	27 28 29	Мы со спортом очень дружим	Приставными шагами вперед и назад.	Спиной вперед, сохраняя направление.	С зажатом между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками.	«Хитрая лиса» «Школа мяча» Эстафета «Сбор урожая»
10	30 31 32	Ловкие ребята, ребята дошколята	В колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге.	В колонне по одному, по двое.	С максимальным вращением вокруг оси своего тела (вправо и влево)	Ползание на спине по гимнастической, отталкиваясь ногами.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля одной рукой.	
11	33 34 35	Будем весело шагать по просторам						
12	36 37 38	Северные игры Край мой северный						
13	39 40 41	Край мой северный						
Задачи: обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. Формировать стойкий интерес к занятиям физической культурой. Продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.)								
14	42 43 44	Наступает зима	По гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Непрерывный бег в течение 2-3 минут в медленном темпе.	Через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый.	Пролезание в обруч разными способами.	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками с хлопками, поворотами.	«Перебежки» «Два Мороза»
15	45 46 47	Мой край - Югра, культура, традиции			На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.	Пролезание под дугу разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	
16	48 49 50	Зимние забавы	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.				
17	51 52 53	К нам приходит Новый год						

<u>Задачи:</u> продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закаливании е организма детей.								
18	54 55 56	Подвижные игры	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.	На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.	Пролезание под дугу разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	«Два Мороза»
19	57 58 59	Зимушка - Зима	Приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	С преодолением препятствий.	Вверх из глубокого приседа.	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами.	Ведение мяча в разных направлениях.	«Снежная карусель»
20	60 61 62	Путешествие в страну дорожных знаков						«Кто самый меткий?»
21	63 64 65	Зимние олимпийские игры						
<u>Задачи:</u> способствовать дальнейшему совершенствованию навыков ходьбы и бега, устойчивого положения тела. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ручную и локомоторную ловкость и т.д.). Учить взаимодействию друг с другом в игровых упражнениях.								
22	66 67 68	Мы brave ребята	С набивным мешочком на голове.	С преодолением препятствий.	Вверх из глубокого приседа.	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами.	Ведение мяча в разных направлениях.	«Перебежки»
23	69 70 71	Дошколята спортивные ребята	Приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	Челночный.	На мягкое покрытие с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Перебрасывание набивных мячей.	«Два Мороза»
24	72 73	День защитника Отечества						«Кто самый меткий?»
25	74 75 76	День защитника Отечества	Поднимая одну ногу и делая под ней хлопок.					«Веселые соревнования»
<u>Задачи:</u> продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Совершенствовать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закалывание организма детей.								
26	77 78	Весенние старты	По гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагивание м предметов.	Со средней скоростью на 80-120м в чередовании с ходьбой.	Через короткую скакалку, вращая ее вперед (10-15 прыжков).	Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой.	Метание на дальность правой и левой рукой.	«Пустое место»
27	79 80 81	Быстрые, смелые, ловкие, умелые						«Караси и щука»
28	82 83 84	Народные игры		Со скакалкой, с	В длину с места с разбега.	Проползание	Метание в движущуюся	«Веселый бубен»

29	85 86 87	Веселые старты	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	мячом, по доске, бревну.		по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	цель.	
Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега, выполнения упражнений в основных организационных действиях. Формировать быстроту реакции в игровых упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.								
30	88 89 90	Весенний марафон	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.	В длину с места с разбега.	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	Метание в движущуюся цель.	«Охотники и утки»
31	91 92 93	Космос			С высоты.			«Веселый бубен»
32	94 95 96	Мы юные космонавты		В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.			Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Ловишки»
33	97 98 99	Будем весело шагать по просторам	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.			Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.		«Посадка картофеля» (игра-эстафета)
Задачи: совершенствовать навык устойчивого равновесия. Учить детей подбрасывать и ловить мяч на уровне груди. Развивать ручную и локомоторную ловкость. Способствовать закаливанию организма детей.								
34	100 101 102 103 104	День победы	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.	В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.	С высоты.	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Охотники и утки»
35	105 106 107	Игры нашего двора			Через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся, вращающуюся).			«Веселый бубен»
36	108	Спортивные игры	Кружение с закрытыми глазами.	На скорость.			Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	«Ловишки» «Посадка картофеля» (игра-эстафета)

						Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

- ЛИТЕРАТУРА: 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.

Приложение 5 к рабочей программе инструктора по физической культуре Мальшев В.И. на 2024-2025 у.г.

Перспективное планирование основных видов движений и игровых упражнений групп компенсирующей направленности для детей с ТНР ЗПР

РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТНР №14 «СОЛНЫШКО» (5-6 ЛЕТ)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
<p>Задачи: способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.</p>								
1	1,2, ,3 4	Мой любимый детский сад.	На носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп.	Обычный, на носках.	На двух ногах на месте в чередовании с ходьбой.	На четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом.	Прокатывание набивных мячей.	«Ловишки»
2	5, 6, 7	Осень. Признаки Осени.		С высоким подниманием колена (бедра).			Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками.	«Не оставайся на полу»
3	8, 9, 10	Огород. Овощи.			Разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад).			«Мышеловка»
4	11, 12, 13	Сад. Фрукты.	С высоким подниманием колена (бедра).			На четвереньках с переползанием через препятствия.		
<p>Задачи: продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p>								
5	14 15 16	Лес. Деревья.	С высоким подниманием колена (бедра).	С высоким подниманием колена (бедра).	Разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога	На четвереньках змейкой между предметами в	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками.	«Ловишки»
6	17 18 19	Грибы. Ягоды.						«Мышеловка»

16	47 48 49	Животные Севера. Дикие животные наших лесов. К нам приходит	с поворотом.	в течение 1,5-2 минут в медленном темпе.	В высоту с места прямо и боком через предметы.	руками. Перелезание через несколько предметов подряд.	мяча друг другу из разных исходных положений и построений.	кочку» «Охотники и зайцы»
17	50 51 52	Новый год. Мониторинг развития детей.						
<u>Задачи:</u> продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжков. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.								
18	53 54 55	Зимние забавы и развлечения.	Вдоль стен зала с поворотом.	Непрерывный в течение 1,5-2 минут в медленном темпе.	В высоту с места прямо и боком через предметы.	Перелезание через несколько предметов подряд.	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений.	«Мы веселые ребята»
19	56 57 58	Домашние животные и птицы зимой.	С выполнением различных заданий воспитателя.	В среднем темпе в чередовании с ходьбой.	На мягкое покрытие.	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола)	«Два мороза» «Сделай меньше прыжков»
20	59 60 61	Профессии. Почта. Профессии на стройке.						«Охотники и зайцы»
21	62 63 64	Профессии. Транспорт.						«Веселые соревнования»
<u>Задачи:</u> развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаляющих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.								
22	65 66 67	Мебель.	С выполнением различных заданий воспитателя.	Непрерывный в течение 1,5-2 минут в медленном темпе.	На мягкое покрытие.	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола)	«Мы веселые ребята»
23	68 69 70	Комнатные растения.			С высоты в обозначенное место.	Лазание по гимнастической стенке приставным шагом.		«Два мороза»
24	71 72	День защитника Отечества.	Ходьба по веревке.	В среднем темпе в чередовании с				«Охотники и зайцы» «Уточка»

25	73 74 75	Весна. Признаки весны.		ходьбой. Кружение парами, держась за руки.			Отбивание мяча об пол на месте, с продвижением шагом вперед.	«Веселые соревнования»
Задачи: продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма.								
26	76 77	Мамин праздник. Женские профессии.	По гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.	Челночный. По наклонной доске вверх и вниз на носках (бок, приставным шагом).	В длину с места. В длину, в высоту с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа. Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов. Метание малого мяча на дальность.	«Попади в обруч» «Веселые соревнования» «Мышеловка» «Мы веселые ребята» «Школа мяча»
27	78 79 80	Дикие и домашние животные весной.						
28	81 82 83	Рыбы.	По гимнастической скамейке бок (приставным шагом) с мешочком с песком на голове.					
29	84 85 86	Перелетные птицы.						
Задачи: поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках. Обеспечивать закаливание организма детей.								
30	87 88 89	Сельскохозяйственные работы. Хлеб.	По гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.	По наклонной доске вверх и вниз на носках (бок, приставным шагом).	В длину, в высоту с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа. Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Метание малого мяча на дальность. Метание малого мяча в горизонтальную цель.	«Мышеловка» «Школа мяча» «Встречные перебежки» «Бездомный заяц»
31	90 91 92	Космос.			Через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.			
32	93 94 95	Мой поселок. Моя улица. Правила дорожного движения.	По наклонной доске вверх и вниз на носках, бок (приставным шагом).	На скорость (20м)				
33	96 97 98	Электроприборы. Пожарная безопасность.						
Задачи: продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.								

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.								
34	99 100 101 102 103 104	День победы	По наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом).	По наклонной доске вверх и вниз на носках (боком, приставным шагом).	Через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	«Школа мяча»
35	105 106 107	Насекомые.			Через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).			«Мяч водящему»
36	108	Времена года. Лето.	По узкой рейке гимнастической скамейки.	На скорость (20м) На скорость (30м)		Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Метание малого мяча в вертикальную цель.	«Встречные перебежки» «Пустое место» «Эстафета парами» «Дорожка препятствий»

ЛИТЕРАТУРА:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4-5 лет Ю.А. Кириллова 2019
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– м. мозаика -синтез, 2016.

РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ №14 «СОЛНЫШКО» (6-7 ЛЕТ ТНР)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
Задачи: побуждать детей сознательно относиться к своему здоровью. Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
1	1,2, ,3 4	Мы любим спорт	Гимнастически м шагом, перекатом с пятки на носок. В полуприседе.	Высоко поднимая колено, выбрасывая прямые ноги вперед. Широким и мелким шагом.	На двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	Ползание на четвереньках по гимнастическо й скамейке. Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см).	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно. Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	«Чье звено скорее соберется»
2	5, 6, 7	Мы любим спорт						«Хитрая лиса»
3	8, 9, 10	Мы юные спортсмены						«Веселые лягушки»
4	11, 12, 13	Осенний марафон						
Задачи: продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.								
5	14 15 16	Весёлые мячики	В полуприседе. Приставными шагами вперед и назад.	Широким и мелким шагом. Спиной вперед, сохраняя направление.	Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. С зажатым между ног мешочком с песком.	Проползание на животе под гимнастическо й палкой (высота – 30см). Ползание на животе по гимнастическо й скамейке, подтягиваясь руками.	Перебрасывание мяча друг другу через сетку. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками.	«Чье звено скорее соберется»
6	17 18 19	Ярмарка игр						«Хитрая лиса»
7	20 21 22	Мы спортсмены						«Веселые лягушки»
8	23 24 25	Я выросту здоровым						«Школа мяча» Эстафета «Сбор урожая»
Задачи: продолжать совершенствовать навыки и ходьбы, бега, выполнения гимнастических упражнений. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость. Формировать правильную осанку, способствовать общему укреплению здоровья детей.								

9	26 27 28	Мы со спортом очень дружим	Приставными шагами вперед и назад.	Спиной вперед, сохраняя направление.	С зажатым между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками.	«Хитрая лиса»
10	29 30 31	Ловкие ребята, ребята дошколята	В колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге.	В колонне по одному, по двое.	С максимальным вращением вокруг оси своего тела (вправо и влево)	Ползание на спине по гимнастической, отталкиваясь ногами.	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля одной рукой.	«Школа мяча»
11	32 33 34	Будем весело шагать по просторам						Эстафета «Сбор урожая»
12	35 36 37	Северные игры Край мой северный						
13	38 39 40	Край мой северный						
<u>Задачи:</u> обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. Формировать стойкий интерес к занятиям физической культурой. Продолжать развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.)								
14	41 42 43	Наступает зима	По гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Непрерывный бег в течение 2-3 минут в медленном темпе.	Через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый.	Пролезание в обруч разными способами.	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками с хлопками, поворотами.	«Перебежки»
15	44 45 46	Мой край - Югра, культура, традиции			На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.	Пролезание под дугу разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	«Два Мороза»
16	47 48 49	Зимние забавы	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.				
17	50 51 52	К нам приходит Новый год						
<u>Задачи:</u> продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закаливание организма детей.								
18	53 54 55	Подвижные игры	С набивным мешочком на голове.	Сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.	На одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево.	Пролезание под дугу разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	«Два Мороза»
19	56 57 58	Зимушка - Зима	Приседая на одной ноге и пронося					«Снежная карусель»
20	59 60 61	Путешествие в		С	Вверх из	Перелезание через		«Кто самый меткий?»

21	62 63 64	страну дорожных знаков Зимние олимпийские игры	другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	преодолением препятствий.	глубокого приседа.	гимнастическую скамейку разными способами.	Ведение мяча в разных направлениях.	
Задачи: способствовать дальнейшему совершенствованию навыков ходьбы и бега, устойчивого положения тела. Развивать основные физические качества (быстроту, силу, ручную и локомоторную ловкость и т.д.). Учить взаимодействию друг с другом в игровых упражнениях.								
22	65 66 67	Мы brave ребята	С набивным мешочком на голове.	С преодолением препятствий.	Вверх из глубокого приседа.	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами.	Ведение мяча в разных направлениях.	«Перебежки»
23	68 69 70	Дошколята спортивные ребята	Приседа на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки.	Челночный.	На мягкое покрытие с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Перебрасывание набивных мячей.	«Два Мороза»
24	71 72	День защитника Отечества						«Кто самый меткий?»
25	73 74 75	День защитника Отечества	Поднимая одну ногу и делая под ней хлопок.					«Веселые соревнования»
Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега. Совершенствовать основные физические качества (быстроту, силу, ловкость и др.). обеспечивать закаливание организма детей.								
26	76 77	Весенние старты	По гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагивание м предметов.	Со средней скоростью на 80-120м в чередовании с ходьбой.	Через короткую скакалку, вращая ее вперед (10-15 прыжков).	Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой.	Метание на дальность правой и левой рукой.	«Пустое место»
27	78 79 80	Быстрые, смелые, ловкие, умелые			В длину с места с разбега.	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	Метание в движущуюся цель.	«Караси и щука»
28	81 82 83	Народные игры		Со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.				«Веселый бубен»
29	84 85 86	Веселые старты	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.					
Задачи: продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега, выполнения упражнений в основных организационных действиях. Формировать быстроту реакции в игровых упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.								

30	87 88 89	Весенний марафон	По гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.	В длину с места с разбега.	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине.	Метание в движущуюся цель.	«Охотники и утки»
31	90 91 92	Космос		В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.	С высоты.		Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Веселый бубен»
32	93 94 95	Мы юные космонавты						«Ловишки»
33	96 97 98	Будем весело шагать по просторам	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.			Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.		«Посадка картофеля» (игра-эстафета)
<p><u>Задачи:</u> совершенствовать навык устойчивого равновесия. Учить детей подбрасывать и ловить мяч на уровне груди. Развивать ручную и локомоторную ловкость. Способствовать закаливанию организма детей.</p>								
34	99 100 101 102 103 104	День победы	По узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком.	В чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа.	С высоты.	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя).	«Охотники и утки»
35	105 106 107	Игры нашего двора			Через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся, вращающуюся).			«Веселый бубен»
36	108	Спортивные игры	Кружение с закрытыми глазами.	На скорость.		Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали.	Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	«Ловишки» «Посадка картофеля» (игра-эстафета)

--	--	--	--	--	--	--	--	--

ЛИТЕРАТУРА:

- 1, Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– М.:МАЗАИНКА-СИНТЕЗ, 2016.
3. Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5-6 лет Ю.А. Кириллова 2019

СРЕДНЯЯ ГРУППА КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ №13 «ПЧЁЛКИ» (4-5 ЛЕТ ЗПР)

№ учебной недели	№ НОД	Тема	Ходьба	Бег	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Игровые упражнения
Задачи: способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.								
1	1,2, ,3 4	Мой любимый детский сад.	На носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп.	Обычный, на носках.	На двух ногах на месте в чередовании с ходьбой.	На четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом.	Прокатывание набивных мячей.	«Ловишки»
2	5, 6, 7	Осень. Признаки Осени.		С высоким подниманием колена (бедро).			Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками.	«Не оставайся на полу»
3	8, 9, 10	Огород. Овощи.			Разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад).			«Мышеловка»
4	11, 12, 13	Сад. Фрукты.	С высоким подниманием колена (бедро).			На четвереньках с переползанием через препятствия.		
Задачи: продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.								
5	14 15 16	Лес. Деревья.	С высоким подниманием колена (бедро).	С высоким подниманием колена (бедро).	Разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая	На четвереньках змейкой между предметами в чередовании с	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками.	«Ловишки»
6	17 18 19	Грибы. Ягоды.	Перекатом с	Мелким и	вперед - другая			«Мышеловка» «Охотники зайцы»

7	20 21 22	Я вырасту здоровым.	пятки на носок.	широким шагом.	назад).	ходьбой, бегом.	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (правой и левой поочередно).	«С кочки на кочку»
8	23 24 25	Игрушки.			На двух ногах продвигаясь вперед.	На четвереньках с переползанием через препятствия. На четвереньках, толкая головой мяч.		
Задачи: закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.								
9	26 27 28	Мой дом, мой посёлок, моя страна	Перекатом с пятки на носок.	С высоким подниманием колена (бедро).	На двух ногах продвигаясь вперед.	На четвереньках с переползанием через препятствия.	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (правой и левой поочередно).	«Не оставайся на полу»
10	29 30 31	Одежда. Обувь. Головные уборы.	Приставным шагом вправо и влево.	Мелким и широким шагом.	На одной ноге (правой и левой поочередно) на месте.	На четвереньках, толкая головой мяч.	Бросание мяча вверх и его ловля с хлопками.	«Встречные перебежки»
11	32 33 34	Посуда.		В колонне по одному, по двое.		На гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени.		«Сбей кеглю»
12	35 36 37	Я и моя семья. День матери						«Попади в обруч»
13	38 39 40	Наступает зима.						«С кочки на кочку»
Задачи: продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.								
14	41 42 43	Зимующие птицы.	В колонне по одному, по двое, по трое.	Змейкой, враспынную, с препятствиями.	На одной ноге (правой и левой поочередно) с продвижением вперед.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую.	«Бездомный заяц»
15	44 45 46	Мой край-Югра.	Вдоль стен зала с поворотом.	Непрерывный в течение 1,5-2			Перебрасывание мяча друг другу	«Хитрая лиса» «С кочки на кочку»

16	47 48 49	Животные Севера. Дикие животные наших лесов. К нам приходит		минут в медленном темпе.	В высоту с места прямо и боком через предметы.	Перелезание через несколько предметов подряд.	из разных исходных положений и построений.	«Охотники и зайцы»
17	50 51 52	Новый год. Мониторинг развития детей.						
Задачи: продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжков. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.								
18	53 54 55	Зимние забавы и развлечения.	Вдоль стен зала с поворотом.	Непрерывный в течение 1,5-2 минут в медленном темпе.	В высоту с места прямо и боком через предметы.	Перелезание через несколько предметов подряд.	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений.	«Мы веселые ребята»
19	56 57 58	Домашние животные и птицы зимой.	С выполнением различных заданий воспитателя.	В среднем темпе в чередовании с ходьбой.	На мягкое покрытие.	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола)	«Два мороза» «Сделай меньше прыжков»
20	59 60 61	Профессии. Почта. Профессии на стройке.						«Охотники и зайцы»
21	62 63 64	Профессии. Транспорт.						«Веселые соревнования»
Задачи: развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.								
22	65 66 67	Мебель.	С выполнением различных заданий воспитателя.	Непрерывный в течение 1,5-2 минут в медленном темпе.	На мягкое покрытие.	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола)	«Мы веселые ребята»
23	68 69 70	Комнатные растения.			С высоты в обозначенное место.	Лазание по гимнастической стенке приставным шагом.		«Два мороза»
24	71 72	День защитника Отечества.	Ходьба по веревке.	В среднем темпе в чередовании с ходьбой.				«Охотники и зайцы»
25	73 74 75	Весна. Признаки						«Уточка»

		весны.		Кружение парами, держась за руки.			Отбивание мяча об пол на месте, с продвижением шагом вперед.	«Веселые соревнования»
Задачи: продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма.								
26	76 77	Мамин праздник. Женские профессии.	По гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.	Челночный. По наклонной доске вверх и вниз на носках (бок, приставным шагом).	В длину с места. В длину, в высоту с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов.	«Попади в обруч»
27	78 79 80	Дикие и домашние животные весной.					Метание малого мяча на дальность.	«Веселые соревнования»
28	81 82 83	Рыбы.	По гимнастической скамейке бок (приставным шагом) с мешочком с песком на голове.			Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.		«Мышеловка»
29	84 85 86	Перелетные птицы.						«Мы веселые ребята»
								«Школа мяча»
Задачи: поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках. Обеспечивать закаливание организма детей.								
30	87 88 89	Сельскохозяйственные работы. Хлеб.	По гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.	По наклонной доске вверх и вниз на носках (бок, приставным шагом).	В длину, в высоту с разбега.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Метание малого мяча на дальность.	«Мышеловка»
31	90 91 92	Космос.			Через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.			«Школа мяча»
32	93 94 95	Мой поселок. Моя улица. Правила дорожного движения.	По наклонной доске вверх и вниз на носках, бок (приставным шагом).	На скорость (20м)		Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	«Встречные перебежки»
33	96 97 98	Электроприборы. Пожарная безопасность.						«Бездомный заяц»
Задачи: продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.								

34	99 100 101 102 103 104	День победы	По наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом).	По наклонной доске вверх и вниз на носках (боком, приставным шагом).	Через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	«Школа мяча»
35	105 106 107	Насекомые.			Через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).			«Мяч водящему»
36	108	Времена года. Лето.	По узкой рейке гимнастической скамейки.	На скорость (20м) На скорость (30м)		Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Метание малого мяча в вертикальную цель.	«Встречные перебежки» «Пустое место» «Эстафета парами» «Дорожка препятствий»

ЛИТЕРАТУРА:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023
2. Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4-5 лет Ю.А. Кириллова 2019
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду.– м. мозаика -синтез, 2016.

Перспективный план проведения спортивных праздников, досугов и развлечений

Дата	вторая младшая, средняя группы (от 2-до 5 лет)	Форма проведения	старшие, подготовительная к школе группы (от 5-до 7 лет)	Форма проведения
Сентябрь	«Красный, жёлтый, зелёный!»	Спортивный досуг	«Мой друг – Светофорик»	Спортивное мероприятие
Октябрь	Спортивное развлечение «Спорт и я – лучшие друзья»	Спортивное развлечение	Всероссийский день бега «Кросс Нации – 2024», в зачет ГТО	Спортивное мероприятие
Ноябрь	«В гостях у лесовичка»	Спортивный досуг	«Школа пешеходных наук»	Спортивное развлечение
Декабрь	«На зарядку становись»	Спортивное развлечение	К дню рождения округа «Люблю тебя, мой край Югра!»	Музыкально-спортивное развлечение
Январь	«Волшебные снежинки»	Спортивный досуг	«Малые зимние Олимпийские игры»	Праздник
Февраль	«Аты - баты, мы - солдаты»	Спортивное развлечение	Спортивное развлечение «Аты - баты, мы - солдаты»	Спортивный праздник
Март	«Подходи скорей дружок, становись скорей в кружок»»	Спортивный досуг	Всероссийские соревнования «Лыжня России – 2024»	Спортивное мероприятие
Апрель	«Всемирный день здоровья»	Спортивный праздник	Спортивный досуг «Папа, мама и я – спортивная семья» (встреча с семьями МАДОУ д/с «Чебурашка» п. Алябьевский)	Спортивный праздник
Май	«Мы едем едем, едим в далёкие края »	Развлечение	по правилам дорожного движения «Веселый перекресток»	Развлечение

«Перспективный план взаимодействия с родителями»

Сроки	Содержание работы	Форма
Сентябрь	«Форма одежды ребёнка на физкультурное занятие осенью»	Консультация (заочно)
Октябрь	Ознакомление родителей с результатами диагностики детей «Кросс нации – 2024»	Индивидуальная консультация. Спортивный праздник
Ноябрь	«Зарядка – это весело» «Возрастные особенности физического развития детей младшего дошкольного возраста»	Консультация Родительское собрание
Декабрь	«Одежда и здоровье детей»	Консультация (заочно)
Январь	Выполнение утренней гимнастики совместно с детьми	День открытых дверей
Февраль	«Аты баты мы солдаты»	Праздник совместно с родителями
Март	«Красивая осанка- залог успеха» «Лыжня России – 2024»	Консультация (заочно) Спортивное мероприятие
Апрель	«Папа мама я спортивная семья»	Спортивный праздник
Май	Ознакомление родителей с результатами диагностики детей на конец учебного года	Индивидуальная консультация.

Перспективный план по работе с одарёнными детьми

Сроки	Содержание работы	Мероприятие
Сентябрь	Бег 300 метров.	Всероссийский день бега «Кросс Нации – 2024»
Октябрь	Наклон вперёд из положения «стоя на гимнастической скамейке» упражнение на гибкость	Губернаторские состязания
Ноябрь	Поднимание туловища из положения «Лёжа на спине» за 30 сек.	Губернаторские состязания
Декабрь	Совершенствовать основной вид движения прыжок в длину с места.	Губернаторские состязания
Январь	Развивать при беге на длинные дистанции правильное дыхание, (бег на 300 метров)	Соревнования по бегу
Февраль	Подтягивание из виса лёжа на подвесной перекладине	Губернаторские состязания
Март	Челночный бег 3*10 Метание теннисного мяча в вертикальную цель	Губернаторские состязания
Апрель	Выполнение единых тестовых упражнений	Губернаторские соревнования
Май	Прыжки в длину с места.	Соревнование в прыжках в длину с места

Создание специальных условий для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью.

Приложение 10 к рабочей программе инструктора по физической культуре Малышев В.И. на 2024-2025 у.г.

План индивидуального сопровождения ребенка-инвалида

Фамилия, имя, отчество (при наличии):

Дата рождения:

Наименование мероприятия	Форма исполнения	Сроки исполнения	Отметка об исполнении (подпись)
Условия по организации обучения			
Адаптированная образовательная программа для обучающихся с ТНР,ЗПР			
Специальные педагогические условия для получения образования			
Психолого-педагогическая помощь			
Психолого-педагогическое консультирование родителей (законных представителей) Педагогическая коррекция			
Психолого-педагогическое сопровождение учебного процесса			

«Перспективный план развития предметно – пространственной среды по физическому развитию детей»

Содержание	Перспектива		Ответственный
	Оформление, изготовление	Приобретение (оформление заявки)	
Физическое развитие			
Тип оборудования	Дидактическая игр.	-	Малышев В.И.
		Развивающий тоннель	Ермолова Н.Г., специалист по административно-хозяйственной части
		Ключка с шайбой (4 пары)	
		Комплект следочков ладоней и ступней (по 6 пар) из мягкого пластика с «шипами»	
		Коррекционно-развивающий многофункциональный спортивный игровой набор (1 набор)	
		Тренажер «Пресс» (1 шт.)	
		Тренажер растяжения (1 шт.)	
Для прыжков	Разметка для прыжков в длину с места	-	Малышев В.И.
	-	Шнур тонкий 30 метров 2 шт.	Ермолова Н.Г., специалист по административно-хозяйственной части
Для выполнения ОРУ	-	Ленточки 40 шт	Ермолова Н.Г., специалист по административно-хозяйственной части
Для спортивных упражнений:		Велосипед двухколёсный 6шт. Велосипед трёхколёсный 6шт. Самокат 5шт. Санки 10шт	Ермолова Н.Г., специалист по административно-хозяйственной части
Наглядный материал для коррекционной работы	Картотека ОРУ	-	Малышев В.И.