

**Хабибу
ллина
Д.Н.**

Подписан: Хабибуллина Д.Н.
DN: O=МБДОУ Детский сад №83
комбинированного вида, CN=Хабибуллина
Д.Н.
Основание: Я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.09.28 11:56:18+0300
Foxit Reader Версия: 10.1.4

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
для детей дошкольного возраста
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 83 комбинированного вида»
Кировского района г. Казани
на 2022-2023 уч.г.

Инструктор по физической культуре
Сычева С.И.

Казань, 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Целевой раздел Программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	6
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	6
2.	Содержательный раздел Программы	8
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка, планирование НОД	8
2.2.	. Содержание образовательной области «Физическое развитие» по возрастным группам	9
2.3.	Планирование содержания непосредственно образовательной деятельности по возрастным группам на учебный год	11
2.4.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	22
2.5.	Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья	23
2.6.	Педагогическая поддержка и сопровождение ребёнка	23
2.7.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	24
3.	Организационный раздел Программы	24
3.1.	Распорядок дня	24
3.2.	Условия реализации Программы	25
3.3.	Материально-техническое обеспечение	25
3.4.	Учебно-методическое обеспечение	26
4.	Краткая презентация Программы	27

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Основной целью образовательной деятельности, регламентируемой федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), является освоение образовательной программы дошкольного образования и достижение целевых ориентиров дошкольного образования.

Данная рабочая программа является нормативно-управленческим документом дошкольной образовательной организации, характеризующей систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательной области «Физическая культура», которая определена федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - ФГОС ДО).

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» (далее Программа) составлена на основе Образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 83 комбинированного вида» (далее МБДОУ № 83) и с учётом Основной образовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. 3 е изд., испр. и доп. М.: МОЗАЙКА СИНТЕЗ, 2016 368с. (далее Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.)

Программа основывается на нормативных документах:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности;
- Устав МБДОУ № 83

Программа является нормативным документом образовательного учреждения, построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей 2-7 лет.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

Программа инструктора по физической культуре разработана с учётом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в ДОО, возрастных особенностей воспитанников.

Система работы по физическому развитию включает в себя три направления:

- с воспитанниками;
- с педагогами ДОО
- с родителями (законными представителями).

Срок реализации рабочей программы -1 год.

Воспитание и обучение воспитанников осуществляется на государственном языке РФ - русском.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель:

Создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребенка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

Задачи:

Младший дошкольный возраст	<ul style="list-style-type: none">- обогащать двигательный опыт ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями;- способствовать укреплению мышц опорно-двигательного аппарата (крупных, средних, мелких);- развивать у детей основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.);- развить интерес к разнообразным движениям, их самостоятельному выполнению;- знакомить детей с правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, учить соблюдать эти правила;- формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
Старший дошкольный возраст	<ul style="list-style-type: none">- обогащать двигательный опыт ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями,- формировать первичные представления о себе, собственных двигательных возможностях;- способствовать укреплению мышц опорно-двигательного аппарата (крупных, средних, мелких);- развивать у детей основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных ситуациях;- развить интерес к разнообразным движениям, их самостоятельному выполнению;- развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;- способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами.- совершенствовать у детей такие качества личности, как дисциплинированность, выдержка, творческая активность, инициатива, самостоятельность, умение правильно оценить свои действия;- знакомить детей с правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, учить соблюдать эти правила;- формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребёнка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании само ценности дошкольного периода детства.

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста. Программа построена с учётом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста.

Программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Программа соответствует общепедагогическим дидактическим принципам:

- Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребёнка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.

- Принцип активности предполагает в ребёнке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.
- Принцип систематичности и последовательности обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима.
- Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.
- Принцип повторения двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы. Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений.
- Принцип наглядности предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности.
- Принцип доступности. Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребёнка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения. Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребёнок успешно справляется с программным материалом.
- Принцип индивидуализации предполагает необходимость учёта функциональных возможностей, типологических особенностей ребёнка. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребёнка.

Принципы, отражающие закономерности физического воспитания:

- Принцип непрерывности выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность.
- Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе принципа постепенного наращивания развивающих тренирующих воздействий. Он выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания.
- Нормирование нагрузки основывается на принципе адаптивного сбалансирования динамики нагрузок. Реализация потенциальных двигательных возможностей организма, прогрессивное изменение психофизических качеств происходит волнообразно и обеспечивает развивающее тренирующее воздействие физических упражнений на ребёнка.
- Принцип цикличности способствует упорядочению процесса физического воспитания. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребёнка.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое - развитие личности ребёнка.
- Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств.
- Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности,

гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков.

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребёнка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Основными участниками реализации Программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

В группах общеразвивающей направленности осуществляется совместное образование здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья (далее детей с ОВЗ) в соответствии с образовательной программой дошкольного учреждения, с учётом особенностей психофизического развития и возможностей обучающихся. Детский сад посещают дети с ОВЗ с общим недоразвитием речи (ОНР).

Форма реализации программы: организованная образовательная деятельность.

Рабочая программа формируется с учетом особенностей базового уровня системы общего образования с целью формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности.

Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста

Возрастные особенности детей от 2 до 3 лет: подробно сформулированы в основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, с. 245-246.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет: подробно сформулированы в основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, с. 246-247.

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет: подробно сформулированы в основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, с. 248-249.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет: подробно сформулированы в основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, с. 250-252.

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет: подробно сформулированы в основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, с. 252-254.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от ее характера, особенностей развития детей и Организации, реализующей Программу.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы детского сада настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Оценка результатов освоения Программы детского сада

При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей.

Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Планируемые результаты освоения программы

Вторая группа раннего возраста	<ul style="list-style-type: none"> – Физически развитый. – У ребёнка сформированы основные движения; соблюдает элементарные правила, согласовывает движения, проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием. – Имеет представление: о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции, о возможностях организма.
Младшая группа	<ul style="list-style-type: none"> – Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. – У ребёнка сформирована соответствующая возрасту координация движений. – Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.
Средняя группа	<ul style="list-style-type: none"> – Ребёнок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. – Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. – Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различным спортивным инвентарём, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. – Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. – Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. – Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение. – Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребёнок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила. – Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
Старшая группа	<ul style="list-style-type: none"> – Ребёнок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объём освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

	<ul style="list-style-type: none"> – В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. – В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. – Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. – Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. – Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. – Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. – Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. – В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.
Подготовительная группа	<ul style="list-style-type: none"> – Ребёнок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. – Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. – В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. – Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. – Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. – Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счёт имеющегося двигательного опыта.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка

Содержание работы 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.

«Физическое развитие» включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей: связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных

движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и само регуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Связанные с данными целевыми ориентирами задачи, представленные во ФГОС ДО:

- охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- формировать ценности здорового образа жизни, относящиеся к общей культуре личности;
- овладевать его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- организовать виды деятельности, способствующие овладению основными движениями и развивать разные формы двигательной активности ребёнка;
- развивать крупную и мелкую моторику;
- поддерживать инициативу и самостоятельность детей в двигательной деятельности и организовывать виды деятельности, способствующие физическому развитию;
- формировать готовность и интерес к участию в подвижных играх и соревнованиях;
- формировать физические качества (выносливость, гибкость и др.).

2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» по возрастам

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

- Продолжать развивать разнообразные виды движений.
- Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
- Приучать действовать совместно.
- Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
- Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
- Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
- Закреплять умение ползать.
- Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

- Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
- Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
- Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
- Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
- Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

- Формировать правильную осанку.
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.
- Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.
- Учить прыжкам через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.
- Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
- Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии.
- Развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребёнка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.3. Планирование содержания непосредственно образовательной деятельности по возрастным группам на учебный год

Примерное планирование двигательного материала

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Вид движения	Материал	Период
Ходьба	<ul style="list-style-type: none"> – ходьба обычная, врассыпную; – ходьба на носках; – ходьба с предметами в руках; – ходьба по кругу, держась за руки; – ходьба и бег в чередовании; – ходьба с остановками по сигналу и выполнением задания; – ходьба маршем, с предметами в руках; – ходьба обычная в чередовании с разными видами ходьбы; – ходьба по прямой дорожке между линиями, шнурами (ширина -15- 20 см., длина - 2-2,5 м); – ходьба по ребристому коврику, – кружение на месте – ходьба по доске шириной - 20 см., положенной на пол, – ходьба по ребристой доске. – ходьба с перешагиванием через предметы 	Сентябрь – Май
Бег	<ul style="list-style-type: none"> – бег обычный, бег врассыпную; – бег всей группой в прямом направлении с одного края площадки на другой; – ходьба и бег в чередовании, – бег с предметами в руках, – убежать от догоняющего / догнать убегающего; – бег с остановками по сигналу и выполнением задания, – бег по кругу 	Сентябрь – Май
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> – подпрыгивание на месте на двух ногах; – прыжки из круга в круг; – прыжки вокруг / между предметами; – перепрыгивание через бруски высотой 5 см 	Сентябрь – Май
Ползание	<ul style="list-style-type: none"> – ползание на четвереньках по прямой; – ползание на четвереньках в разных направлениях; – ползание между предметами: – перелезание через бревно; – пролезание прямо в вертикально поставленный обруч 	Сентябрь – Февраль
Лазанье	<ul style="list-style-type: none"> – лазанье по лесенке-стремянке; – лазанье по гимнастической стенке 	Март – Май
Игры и упражнения с мячом	<ul style="list-style-type: none"> – свободная игра с мячом; – прокатывание мяча в ворота шириной 50-60 см; – ловля мяча брошенного воспитателем (расстояние 70 см); – бросание мяча вниз и ловля его; – бросание пластмассового шарика в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м, расстояние 1 - 1,5 м) 	Сентябрь – Май
Игры малой подвижности Подвижные игры	<p>«По ровненькой дорожке», «Поезд», «Найди что спрятано», «Найди свой цвет», «Бегите ко мне», «Береги предмет», «Быстро в круг», «Воробушки и кот», «Зайчики и лисичка», «Котик мышек сторожит», «Кто бросит дальше мешочек», «Курочка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Мыши и кот», «Петушки», «Птички в гнездышки», «Птички и кот», «Догони мяч», «С кочки на кочку», «Поймай комара», «Убежим от игрушки», «Кто быстрее», игры народов Поволжья</p>	Сентябрь – Май

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Ходьба	<ul style="list-style-type: none"> – переступание с ноги на ногу на месте и в движении; – ходьба обычная, врассыпную; – ходьба врассыпную между предметами – ходьба всей группой в прямом направлении, в разных направлениях; – ходьба на носках; – ходьба с предметами в руках; – ходьба по кругу, держась за руки; – ходьба и бег в чередовании; – ходьба с высоким подниманием колена; – ходьба с остановками по сигналу и выполнением задания; – ходьба маршем, с предметами в руках; – ходьба парами; – ходьба обычная в чередовании с разными видами ходьбы; – ходьба по доске шириной 20 см, лежащей на полу; – ходьба по мягкому бревну; – ходьба по наклонной доске вверх и вниз; – ходьба по ребристой доске; – ходьба с перешагиванием через предметы; – ходьба по гимнастической скамейке; – сбегание с наклонной доски сверху вниз; – ходьба по прямой дорожке между линиями, шнурами (ширина -15- 20 см, длина - 2-2,5 м), – ходьба по ребристому коврику; – кружение на месте; – кружение в парах 	Сентябрь - Май
Бег	<ul style="list-style-type: none"> – бег обычный. врассыпную; – бег всей группой в прямом направлении с одного края площадки на другой; – бег и ходьба в чередовании, – бег в указанное направление, – догонять катящийся мяч; – бег по наклонной доске сверху вниз; – бег с предметами в руках; – убежать от догоняющего / догонять убегающего; – бег на носках; – бег с остановками по сигналу и выполнение задания; – бег по кругу; – бег змейкой 	Сентябрь – Май
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> – прыжки на месте на двух ногах; – прыжки на двух ногах с продвижением на расстояние 2-3 м; – перепрыгивание на двух ногах через шнур; – прыжки из круга в круг; – прыжки вокруг предмета, между предметами; – прыжки вверх с места, доставая предмет; – перепрыгивание через бруски высотой 5 см; – прыжки в длину с места через две линии (расстояние между линиями 25-30 см); – прыжки в длину с места (не менее 40 см) 	Сентябрь – Май

Ползание	<ul style="list-style-type: none"> – ползание на четвереньках в разных направлениях; – ползание между предметами, вокруг предметов; – -подползание под дугу, под шнур (высота - 50 см) – ползание на четвереньках по прямой (расстояние - 6 м); – перелезание через бревно; – ползание по гимнастической скамейке; – пролезание прямо в вертикально поставленный обруч 	Сентябрь – Февраль
Лазание	<ul style="list-style-type: none"> – лазанье по лесенке-стремянке; – лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м); 	Март – Май
Игры и упражнения с мячом	<ul style="list-style-type: none"> – свободная игра с мячом; – прокатывание мяча в ворота шириной 50-60 см; – прокатывание мяча друг другу в парах сидя на полу (расстояние 1 м); – прокатывание мяча по наклонной доске сверху вниз; – ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70 - 100см); – бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 - 2 м); – бросание мяча вверх и ловля его; – бросание мяча вниз и ловля его; – бросание пластмассового шарика в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м, расстояние 1 - 1,5 м); – - метание малого мяча на дальность 	Сентябрь – Май
Игры малой подвижности, подвижные игры	«Убежим от игрушки», «Птички летают», «Догони надувной мяч», «Бегите ко мне», «Бегите к флажку», «Птички в гнездышки», «Петушки», «Зайчики и лисичка», «Курочка и цыплята», По ровненькой дорожке», «Быстро в круг», «Котик мышек сторожит», «Кто быстрее», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Найди свой цвет», «Поезд», «Лохматый пес», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку», «Мыши в кладовой», «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Береги предмет», «Найди свое место», «Найди что спрятано», игры народов Поволжья	Сентябрь – Май

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Ходьба	<ul style="list-style-type: none"> – ходьба обычная, в рассыпную; – ходьба всей группой в прямом направлении, в разных направлениях; – ходьба в рассыпную между предметами; – ходьба на носках; – ходьба с предметами в руках; – ходьба в чередовании сбегом, прыжками; – ходьба топающим шагом; – ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, – ходьба с остановками по сигналу и выполнением задания; – ходьба за ведущим, взявшись за руки; – ходьба парами; – ходьба с высоким подниманием колена; – ходьба по кругу, держась за руки; – ходьба и бег в чередовании; – ходьба змейкой, мелким и широким шагом; 	Сентябрь – Май
--------	---	-------------------

	<ul style="list-style-type: none"> – ходьба на пятках; – ходьба с изменением направления движения; – ходьба с изменением темпа; – ходьба приставными шагами вправо и влево; – ходьба на наружных сторонах стоп; – ходьба в колонне по одному 	
Бег	<ul style="list-style-type: none"> – бег обычный, бег врассыпную; – бег всей группой в прямом направлении; – бег ходьба в чередовании; – бег в указанное место; – бег и прыжки в чередовании; – бег врассыпную между предметами; – бег с остановками по сигналу и выполнением задания; – бег по наклонной доске; – убежать от догоняющего / догонять убегающего; – бег на носках; – бег с высоким подниманием колена; – бег с изменением темпа; – бег по кругу; – бег змейкой между предметами; – бег в колонне, по двое; – бег челночный (3 по 10м); – непрерывный бег в медленном темпе 1-1,5 мин 	Сентябрь – Май
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> – подпрыгивание на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); – прыжки на двух ногах с продвижением на расстояние 2-3м; – прыжки с поворотом кругом; – перепрыгивание на двух ногах через линию; – прыжки из обруча в обруч, расположенных в ряд; – прыжки вокруг предмета, между предметами; – прыжки из круга в круг; – прыжки вверх с места, доставая предмет; – прыжки через 4-5 линий поочередно через каждую, расстояние, между линиями 40-50 см; – перепрыгивание на двух ногах через малый мяч; – спрыгивание с высоты 20-25 см; – перепрыгивание через 2-3 предмета поочередно через каждый (высота 5-10 см); – прыжки на мячах прыгунах; – прыжки с короткой скакалкой; – прыжки в длину с места (не менее 70 см) 	Сентябрь – Май
Ползание	<ul style="list-style-type: none"> – ползание на четвереньках по прямой (расстояние- 10 м); – ползание между предметами; – ползание, опираясь на ладони и стопы; – ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; – ползание на четвереньках змейкой; – перелезание через бревно, гимнастическую скамейку; – пролезание прямо в вертикально поставленный обруч; – ползание на четвереньках по наклонной доске; – подползание под дугу, под шнур (высота - 50 см) правым и левым боком вперед; 	Сентябрь – Май

	<ul style="list-style-type: none"> – лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево; – ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 	
Упражнения с мячом	<ul style="list-style-type: none"> – свободная игра с мячом; – прокатывание мяча в ворота шириной 50-60 см; – прокатывание мяча друг другу в парах. сидя на полу (расстояние - 1,5 м); – прокатывание мяча по полу в разных направлениях; – прокатывание мяча по наклонной доске сверху вниз; – ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70 - 100см); – бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 2 - 2,5 м); – бросание мяча вверх и ловля его; – бросание мяча вниз и ловля его; – бросание мяча друг другу в парах снизу двумя руками (расстояние 1,5 м); – прокатывание обруча в разных направлениях; – бросание пластмассового шарика в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 1,5-2 м); – метание малого мяча на дальность; – бросание мяча друг другу в парах из-за головы двумя руками (расстояние 1,5 м); – бросание мяча через препятствие из-за головы двумя руками высота - 2 м 	Сентябрь – Май
Гимнастические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> – стойка на носках, потянувшись вверх; – ходьба по прямой дорожке между линиями, шнурами (ширина -15- 20 см., длина - 2-2,5 метра); – ходьба по ребристому коврику; – кружение на месте; – ходьба по доске, лежащей на полу, перешагивая через бруски высотой 5, 10 см; – ходьба между линиями (расстояние 10 - 15 см); – ходьба по гимнастической скамейке; – ходьба по мягкому бревну; – ходьба по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см); – ходьба по ребристой доске; – ходьба, перешагивая через предметы; – перешагивание через набивные мячи 5-6 штук подряд поочередно через каждый – ходьба по линии, веревке диаметром - 1,5-3 см. прямо; – перешагивание через рейки лестницы (от пола 20-25 см) 	Сентябрь – Май
Игры малой подвижности, подвижные игры	<p>«Лошадки», «Солнышко и дождик», «Догони надувной мяч», «Найди свой цвет», «Быстро в домик», «Прятки с платочком», «Кошка и мышки», «Цветные автомобили», «Курочка и цыплята», «Найди свою пару», «Зайцы и волк», «Сильный и слабый ветер», «Стоп», «Снежинки летают», «Лохматый пес», «Петушки», «Котята и мячи», «Ловишки», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Бездомный заяц», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Перелет птиц», «Подбрось - поймай»,</p>	Сентябрь – Май

	«Кто ушел», «Прятки», «Найди, где спрятано», игры народов Поволжья	
--	--	--

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Ходьба	<ul style="list-style-type: none"> – ходьба обычная, врассыпную; – ходьба маршем; – ходьба врассыпную между предметами; – ходьба с заданиями для рук; – ходьба в чередовании с бегом, прыжками; – ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы; – ходьба с остановками по сигналу и выполнением задания; – ходьба фигурная за ведущим, взявшись за руки; – ходьба по кругу; – ходьба и бег в чередовании; – ходьба змейкой; – ходьба с изменением темпа; – ходьба в колонне по одному за ведущим; – ходьба в двух шеренгах во встречном направлении; – ходьба на носках; – ходьба на пятках; – ходьба с высоким подниманием колена; – ходьба широким шагом; – ходьба по ребристой доске; – ходьба на наружных сторонах стоп; – ходьба в полуприседе; – ходьба по обручу боком приставным шагом; – ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы; – ходьба по коррекционным дорожкам; 	Сентябрь – Май
Бег	<ul style="list-style-type: none"> – бег обычный, врассыпную; – бег с остановками по сигналу и выполнением задания; – пробежка; – бег с предметами в руках; – бег и ходьба в чередовании; – бег и прыжки в чередовании; – бег по наклонной доске; – бег с изменением темпа; – бег в колонне; – бег в колонне за ведущим в разных направлениях, – бег по кругу; – бег змейкой между предметами; – бег в колонне с прыжком вверх, доставая предмет 	Сентябрь – Май
Гимнастические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> – упражнения игрового стретчинга; – вис на гимнастической стенке; – ходьба с набивным мешочком на голове; – стойка с держанием на голове предмета; – ползание на четвереньках с мешочком на спине; – ходьба с хлопком в ладоши перед собой на каждый шаг; – ходьба со сменой положения рук; – ходьба, держа на ладони вытянутой руки предмет; – ходьба приставными шагами прямо, вправо и влево; 	Сентябрь – Май

	<ul style="list-style-type: none"> – боковые прыжки через линию; – ходьба по следам, по доске со следами; – катание палочки ступнями ног. сидя на скамейке; – катание игольчатого мяча ступнями ног прямыми и круговыми движениями 	
Элементы гимнастики	<ul style="list-style-type: none"> – стойка на носках, потянувшись вверх, с закрытыми глазами; – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; – ходьба по линии, веревке диаметром - 1,5-3 см прямо; – кружение парами, держась за руки; – ходьба по наклонной доске вверх и вниз, прямо и боком; – ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове; – ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки; – ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине; – ходьба по гимнастической скамейке. раскладывая и собирая предметы 	Сентябрь – Май
Игра с мячом	<ul style="list-style-type: none"> – свободная игра с мячом; – бросание мяча вверх и ловля его, не менее 10 раз подряд; – бросание мяча вниз и ловля его, не менее 10 раз подряд; – бросание мяча друг другу в парах снизу двумя руками; – бросание мяча друг другу в парах от груди; – бросание мяча в вертикальную цель из-за головы двумя руками; – бросание мяча друг другу в парах от груди с отскоком от пола; – бросание мяча вверх и вниз одной рукой (не менее 4 раз); – бросание мяча вверх и вниз с хлопком; – перебрасывание мяча из одной руки в другую; – метание малого мяча на дальность(5-9 м); – прокатывание набивного мяча весом 1 кг; – бросание мяча в вертикальную цель прямой рукой сверху (высота центра мишени 1 м, расстояние 3-4 м) 	Сентябрь – Май
Элементы игры «Баскетбол»	<ul style="list-style-type: none"> – отбивание мяча на месте одной рукой; – отбивание мяча с продвижением вперед на расстояние 5-6м; – броски мяча в баскетбольную корзину. 	Сентябрь – ноябрь
Элементы игры «теннис»	<ul style="list-style-type: none"> – знакомство со свойствами теннисного мяча; – свободная игра с теннисным мячом; – передача теннисного мяча из рук в руки, стоя в кругу; – прокатывание теннисного мяча в прямом направлении, в разных направлениях; – знакомство со свойствами волана; – свободная игра с воланом; – перебрасывание мяча через сетку; любым способом с любой точки площадки; 	Декабрь – Май
Подвижные игры, игры малой подвижности	«Дартс», «Кольцеброс», «Сорока - белобока», «Сделай фигуру» «Стоп», «Кто быстрее встанет в круг», «Караси и щука», «Сильный и слабый ветер», «Бездомный заяц», «Хитрая лиса», «Охотник и звери», «Самолеты летят», «Ловишки с мячом»,	Сентябрь – Май

	«Подними мяч», «Стань первым», «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Школа мяча», игры народов Поволжья	
--	---	--

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Ходьба	<ul style="list-style-type: none"> – ходьба обычная, врассыпную; – ходьба маршем; – ходьба врассыпную между предметами; – ходьба с различным положением рук; – ходьба в колонне со сменой ведущего; – ходьба в чередовании с бегом, прыжками; – ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы; – ходьба с остановками по сигналу и выполнением задания; – ходьба по кругу; – ходьба и бег в чередовании, ходьба змейкой; – ходьба с изменением темпа; – ходьба в колонне по одному за ведущим в разных направлениях; – ходьба приставным шагом вперед, назад; – ходьба в двух шеренгах во встречном направлении; – ходьба на носках; – ходьба на пятках; – ходьба с высоким подниманием колена; – ходьба широким шагом; – ходьба по ребристой доске; – ходьба на наружных сторонах стоп; – ходьба в полуприседе; – ходьба по обручу боком приставным шагом;; – ходьба по коррекционным дорожкам; – ходьба с крестным шагом; – ходьба по гимнастической скамейке с крестным шагом; – ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой, с приседанием и поворотом кругом; – ходьба по веревке диаметром - 1,5-3 см прямо и боком; – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; – ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки; – ходьба по гимнастической скамейке с хлопком под коленом; – ходьба по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы; – ходьба по гимнастической скамейке по двое навстречу друг другу, на середине разойтись; – - ходьба по перекидной доске 	Сентябрь – Май
Бег	<ul style="list-style-type: none"> – бег обычный; – бег врассыпную; – бег с остановками по сигналу и выполнением задания; – пробежка; – бег, сильно сгибая ногу назад; – бег высоко поднимая колени; 	Сентябрь – Май

	<ul style="list-style-type: none"> – бег с предметами в руках; – бег и ходьба в чередовании; – бег по наклонной доске; – бег с изменением темпа; – бег в колонне, с прыжком вверх, доставая предмет; – бег в колонне за ведущим в разных направлениях; – бег на месте; – бег поскачками; – бег по кругу; – боковой галоп; – бег, выбрасывая прямые ноги вперед; – бег мелким и широким шагом; – бег змейкой между предметами,; – бег в колонне с прыжком вверх, доставая предмет; – бег со скакалкой; – бег челночный 3-5 раз по 10 м в чередовании с ходьбой; – бег по наклонной поверхности 	
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> – прыжки через 6-8 набивных мячей поочередно через каждый; – прыжки, продвигаясь вперед на расстояние 5-6 м; – боковые прыжки через канат, гимнастическую палку; положенные на пол; – прыжки из обруча в обруч, расположенных в ряд; – спрыгивание с высоты 40 см на мягкое покрытие; – прыжки на одной ноге на месте и с продвижением; – прыжки по наклонной поверхности; – прыжки на мячах прыгунах; – прыжки с зажатым мешочком между колен; – прыжки через обруч, как через скакалку; – прыжки на мягкое покрытие с разбега (высота - 40 см); – прыжки в длину с места (не менее 100 см); – прыжки в длину с разбега (100 см); – прыжки в высоту (не менее 50 см); – прыжки через короткую скакалку разными способами; – прыжки в длину с разбега (180 - 190 см). 	Сентябрь – Май
Упражнения на формирование правильной осанки	<ul style="list-style-type: none"> – упражнения игрового стретчинга; – вис на гимнастической стенке, кольцах, перекладине; – ходьба с предметами на голове; – сидеть на гимнастической скамейке с правильной осанкой; – ходьба с гимнастической палкой за плечами; – ползание на четвереньках с мешочком на спине; – ходьба с мешочком на голове; 	Сентябрь – Май
Гимнастические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> – подниматься на носки 10-15 раз; – перекаты с пяток на носки; – стойка на носках, с закрытыми глазами; – стойка на гимнастической скамейке на носках, стойка на одной ноге; – после бега стоять на одной ноге, удерживая равновесие; – подползание под дугу, в ворота (высота 50-35 см); – вис на гимнастической стенке, вис на канате; 	Сентябрь – Май

	<ul style="list-style-type: none"> – лазанье по гимнастической стенке вверх и спуск вниз; – пролезание в обруч разными способами; – ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; – ползание по гимнастической скамейке на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками; – пролезание в катящийся обруч; – подползание под дугу, в ворота (высота 50-35 см); – катание палочки ступнями ног, сидя на скамейке; – катание игольчатого мяча ступнями ног прямыми и круговыми движениями 	
Метание	<ul style="list-style-type: none"> – метание в движущуюся цель правой и левой рукой; – бросание мяча вверх и вниз одной рукой (не менее 10 раз); – перебрасывание набивных мячей; – бросание мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м; – свободная игра с мячом; – бросание мяча вверх и ловля его, не менее 20 раз подряд; – бросание мяча в вертикальную цель из-за головы двумя руками (расстояние 4-5 м) 	Сентябрь – Декабрь
Элементы игры «баскетбол»	<ul style="list-style-type: none"> – перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы друг другу с расстояния 3-4 м из разных исходных положений – перебрасывание мяча друг другу двумя руками в движении; – ловить мяч, летящий на разной высоте; – отбивание мяча на месте одной рукой; – отбивание мяча с продвижением вперед на расстояние - бм; – отбивание мяча с низким, средним и высоким отскоком; – знакомство с баскетбольным мячом; – прокатывание баскетбольного мяча; – ведение мяча в прямом направлении, с остановками; – ведение мяча, передавая его из руки в руку; – броски мяча в баскетбольную корзину 	Январь – Май
Элементы игры «теннис»	<ul style="list-style-type: none"> – знакомство со свойствами теннисного мяча; – свободная игра с теннисным мячом; – подбрасывание теннисного мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; – бросание теннисного мяча в горизонтальную цель прямой рукой снизу; – знакомство с теннисной ракеткой; – свободная игра с теннисным мячом и ракеткой; – удерживать теннисный мяч на ракетке, стоя на месте и в движении; – подбивание теннисного мяча ракеткой вверх 	Сентябрь – Май
Элементы игры «бадминтон»	<ul style="list-style-type: none"> – свойства волана; – знакомство с ракеткой; – свободная игра с воланом и ракеткой; – игра с воланом и ракеткой через сетку, поставленную на пол; 	Март – Май

	<ul style="list-style-type: none"> – подбивание волана ракеткой на сторону партнера без сетки 	
Элементы игры «волейбол»	<ul style="list-style-type: none"> – перебрасывание мяча через сетку двумя руками сверху; – перебрасывание мяча через сетку одной рукой от плеча; – перебрасывание мяча через сетку любым способом с любой точки площадки; – перебрасывание мяча через сетку друг другу в парах и ловля его 	Сентябрь – Май
Мероприятия по Физкультурно-познавательному развитию	<ul style="list-style-type: none"> – беседа о технике безопасности и поведении в спортивном зале; – презентация «Форма спортсменов»; – игра-занятие «Части тела человека»; – рассматривание альбома «Витамин КА»; – презентация, игра «Виды спорта»; – дидактическая игра «Что полезно для здоровья?»; – презентация «Осанка человека»; – презентация «Ключи к моему здоровью»; – просмотр видеофрагментов «Рекорды животных»; – игра «Спортивное лото» 	Сентябрь – Май
Подвижные игры, игры малой подвижности	«Птицы», «Азбука телодвижения», «Ловишки с мячом», «Ловишки с домиком», «Стоп», «Найди себе пару», «Веселые петрушки», «Перемени предмет», «Совушка», «Школа мяча», «Охотник и звери», «Жмурки», «Бездомный заяц», «Вьюга кружит», «Быстро возьми кеглю», «Бабка-Ёжка», «Кто самый меткий»,- «Гонки мячей», «Не оставайся на полу», «Светофор», «Репка», «Ловля обезьян», Эстафеты, «Кого называли, тот ловит мяч», «Чей круг быстрее сядет», игры народов Поволжья	Сентябрь – Май

2.4. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов в разных видах двигательной деятельности, поэтому особое внимание в Программе уделяется созданию условий для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребенка с учетом:

- возраста,
- физического развития (гармоничность развития),
- группы здоровья (наличие хронических заболеваний),
- самочувствия (ребёнок, ослабленный после болезни, часто болеющий и т.д.),
- уровня двигательной активности,
- уровня физической подготовленности.

В Программе предусмотрены разнообразные способы обучения детей:

- *фронтальный*, направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;
- *групповой* - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения знакомых движениях небольшой группе детей (парами, тройками, пятерками), или позволяет инструктору, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;
- *индивидуальный*, с целью создания условий для физического развития ребёнка, его социализации - индивидуализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей.

Используемые методы:

- *словесные* (объяснение, описание упражнения, комментирование хода их выполнения, указание, распоряжение и команда, вопросы к детям, беседы, рассказы, выразительное чтение художественного слова);
- *наглядные* (демонстрация и показ способов выполнения двигательных заданий, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, презентации, видеофильмы и т.д.);
- *практические* (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования и т.д.);
- *игровой метод*

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания:

- гигиенические факторы (режим занятий, гигиена помещения спортивного зала, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.),
- физические упражнения.

Организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, соревнование, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов.

2.5. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Эффективность коррекционно-воспитательной работы определяется четкой организацией детей в период их пребывания в детском саду, правильным распределением нагрузки в течение дня, координацией и преемственностью в работе всех субъектов коррекционного процесса: учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкальных руководителей, инструкторов по физической культуре, воспитателей и родителей.

Направления работы инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ:

- игры и упражнения на развитие общей и мелкой моторики;
- упражнения на формирование правильного физиологического дыхания;
- подвижные, спортивные игры с речевым сопровождением на закрепление навыков правильного произношения звуков;
- игры на развитие пространственной ориентации.

2.6. Педагогическая поддержка и сопровождение ребёнка.

Учитывая главную целевую установку ФГОС ДО - ориентация на свободу, инициативность и самостоятельность в Программе:

- игры, игровые упражнения являются формой проявления инициативности и самостоятельности, позволяют ребёнку почувствовать и увидеть результаты своей двигательной деятельности, воплощение своего замысла, развивают у ребёнка уверенность в собственных возможностях;
- самостоятельная двигательная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребёнка, поэтому на занятиях отводится специальное время для самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей;
- предметно-пространственная среда является важным условием поддержки детской инициативы, детям предоставляется возможность выбора физкультурного оборудования и места для двигательных действий;
- эмоциональный комфорт ребёнка является необходимым условием для проявления инициативы, обеспечивает эмоциональную поддержку каждого воспитанника, создаёт условия для выбора партнеров по игре и позитивных отношений между ними;
- создание разнообразных условий и ситуаций, побуждающих детей к активному применению знаний, двигательных умений, способов деятельности в личном опыте;

- поддержание желания преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца.

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) воспитанников выстраиваются в соответствии с рядом законодательных актов - Семейным кодексом Российской Федерации,

Федеральными Законами: «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», «Об образовании в Российской Федерации» и принципах социального партнерства.

Программа предполагает взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников с целью развития ответственных и взаимозависимых отношений, повышения компетентности родителей в образовательной области «Физическое развитие».

Вид деятельности	Цель	Содержание
Организационно-методическая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомление родителей с условиями, задачами, содержанием и методами воспитания детей; - стимулирование двигательной активности детей и родителей совместными спортивными занятиями; - привлечение родителей к ЗОЖ; - объединение детско-взрослого коллектива, создание благоприятной атмосферы сотрудничества 	<ul style="list-style-type: none"> - посещение родителями физкультурных занятий, - приглашение родителей на соревнования в качестве болельщиков, - привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных мероприятиях в ДОУ; - проведение для родителей мастер-классов, тренингов
Консультационная деятельность	повышение компетентности родителей в области физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья ребенка	индивидуальные и групповые консультации по запросам родителей
Информационная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями физического воспитания детей; - ориентирование родителей на необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка; - информирование родителей об успехах их детей 	<ul style="list-style-type: none"> - разработка и оформление стендовой информации; - фото и видео репортажи с физкультурных занятий и мероприятий
Совместная продуктивная деятельность родителей, детей, педагогов	- знакомить родительскую общественность с лучшим опытом физического воспитания детей в семье	<ul style="list-style-type: none"> - разработка печатной информации (буклеты, паки-передвижки); - СМС почта; - размещение информации на сайте ДОУ - оформление выставок творческих работ; - изготовление фотовыставок - создание лэпбуков, стенгазет, видеofilmов

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 Распорядок дня

Организованная двигательная деятельность детей в ДОУ проводится в процессе занятий физической культурой, в соответствии с положениями действующего СанПин 2.4.3648-20.

Физкультурные занятия для детей в возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий (НОД) зависит от возраста детей и составляет:

- во второй группе раннего возраста (от 2 до 3 лет) - не более 10 мин,
- в младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 мин,
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 20 мин,
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 25 мин,
- в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) - не более 30 мин

3.2. Условия реализации Программы

Для успешной реализации Программы в спортивном зале ДОО создана развивающая предметно-пространственная среда, которая предназначена как для всей группы детей, так и для каждого ребенка.

Предметно-пространственная среда безопасна для жизни и здоровья детей.

Используемое физкультурное оборудование:

- безопасно в использовании;
- соответствует ростовым характеристикам детей;
- рационально размещено;
- доступно для использования;
- соответствует санитарно-гигиеническим требованиям;
- эстетично оформлено.

Пространство предполагает трансформируемость и возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3.3. Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Доска гладкая	1
2.	Доска ребристая	1
3.	Дуги для подлезания	2
4.	Кольца с сеткой для метания	2
5.	Координационная лестница	2
6.	Куб деревянный	3
7.	Лестница деревянная	1
8.	Мат гимнастический	1
9.	Мат-татами	20
10.	Мягкие модули	40
11.	Скамейка гимнастическая	2
12.	Стенка шведская (3 пролета)	1
13.	Щит для метания	2
	<i>Мелкое оборудование</i>	
1.	Блоки для йоги	12
2.	Волан	2
3.	Канат	1
4.	Кольцо пластмассовое	15
5.	Корзина пластмассовая	6
6.	Кубики пластмассовые	20
7.	Лента гимнастическая	20
8.	Мешочки набивные	20
9.	Обруч большой (D 95см)	8
10.	Обруч малый (D 55см)	5
11.	Обруч средний (D 65см)	20

12.	Палка гимнастическая	30
13.	Платочек	10
14.	Полусферы массажные	10
15.	Скакалка	15
16.	Султанчики	20
17.	Тоннель	2
18.	Фишка - конус	30
	<i>Мячи</i>	
1.	Мяч баскетбольный	2
2.	Мяч большой (D 20 см)	4
3.	Мяч средний (D 15 см)	28
4.	Мяч массажный	27
5.	Мяч набивной большой (2 кг)	2
6.	Мяч набивной малый (0,5 кг)	4
7.	Мяч набивной средний (1 кг)	4
8.	Мяч пластмассовый	50
9.	Мяч прыгун с рожками	2
10.	Мяч теннисный	29
11.	Мяч-фитбол	13
12.	Мяч футбольный	2
	<i>Оборудование для спортивных игр</i>	
1.	Кольцеброс напольный	3
2.	Кольцеброс	2
3.	Кегли	30
4.	Ракетки для бадминтона	4
5.	Клюшка хоккейная	15
6.	Ворота хоккейные	2
7.	Волейбольная сетка	1
8.	Стойка баскетбольная переносная	2
	<i>Технические средства</i>	
1.	Аудиоколонка	1
2.	Магнитофон	1
3.	Музыкальный центр	1

3.4. Учебно-методическое обеспечение

- Основная образовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. 3 е изд., испр. и доп. М.: МОЗАЙКА СИНТЕЗ, 2016 368с.
- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. - М.: Мозаика-синтез, Москва, 2015 г.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет. ФГОС - М.: Мозаика-синтез, Москва, 2014 г. – 80 с.
- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. - М.: Мозаика-синтез, 2016 г. – 112 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 128 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа- М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 112 с.
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 128 с.
- Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребёнка в дошкольном детстве. Методические рекомендации. - Москва: Дрофа, 2014. – 287 с.

- Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребёнка в дошкольном детстве. Двигательно-игровая деятельность. - Москва: Дрофа, 2014. – 144 с.
- Физкультурные праздники. Н.Лукина, Л.Чадова, Москва «АйрисПресс» 2006.
- Подвижные игры для дошкольников. И.А. Агапова, М.А.Давыдова, М.: «АРКТИ», 2008г
- Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. ФГОС- М.: Мозаика-Синтез, 2015.
- Сулим Е.В. Игровой стретчинг для дошкольников. - Творческий центр СФЕРА: Москва, 2016.
- Кузнецова М.Н. «Оздоровление детей в детском саду». Москва «Айрис-Пресс», 2008.
- Интернет-ресурсы

4. Краткая презентация Программы

Рабочая Программа по физическому развитию для детей дошкольного возраста разработана в соответствии:

- с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ от 17 октября 2013 № 1155), - с примерной основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы»;
- с основной образовательной программой Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 83 комбинированного вида» Кировского района г. Казани.

Программа нацелена на создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребёнка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребёнка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности.

Программа построена с учётом соблюдения преемственности между возрастными группами.

Программой предусмотрено полноценное решение задач при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов физического воспитания детей.

Целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к успешной учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Программа по физическому развитию детей дошкольного возраста составлена для воспитанников от 2 до 7 лет:

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет);
- младшая группа (от 3 до 4 лет);
- средняя группа (от 4 до 5 лет);
- старшая группа (от 5 до 6 лет);
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Цель программы: создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребёнка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

Задачи программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, склонностями;
- развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей; - обеспечение психолого- педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Целевой раздел включает в себя: пояснительную записку, цели, задачи программы, принципы и подходы к ее формированию, характеристики особенностей развития детей возраста (2-7 лет) возраста, а также планируемые результаты освоения программы (в виде целевых ориентиров).

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребёнка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающий полноценное развитие детей, в который входит:

- описание образовательной деятельности в ДОУ образовательной области «Физическое развитие»

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

- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации с учетом возрастных особенностей.

Особое внимание в Программе уделяется созданию условий для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребенка с учетом: возраста, физического развития (гармоничность развития), группы здоровья (наличие хронических заболеваний), самочувствия (ребенок, ослабленный после болезни, часто болеющий и т.д.), уровня двигательной активности, уровня физической подготовленности.

Организованными формами работы являются: разные виды занятий по физической культуре; активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, соревнование, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.); самостоятельная двигательная деятельность детей.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов.

Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и режим дня, особенности организации предметно- пространственной среды и социальное партнерство с родителями. Организованная двигательная деятельность детей в ДОУ проводится в процессе занятий физической культурой, в соответствии с положениями действующего СанПин 2.4.3648-20.

Физкультурные занятия для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий зависит от возраста детей и составляет:

- во 2 группе раннего возраста (от 2 до 3 лет) - не более 10 мин,
- в младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 мин,
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 20 мин,
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 25 мин,
- в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) - не более 30 мин.

Для успешной реализации Программы в спортивном зале ДОО создана развивающая предметно-пространственная среда, которая предназначена как для всей группы детей, так и для каждого ребенка.

Пространство предполагает трансформируемость и возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Для реализации Программы созданы все необходимые материально - технические условия и методическое обеспечение.