

«ПРИНЯТА»

На заседании Педагогического совета
Протокол № 1
« 01 » _____ сентября _____ 2022 года

«УТВЕРЖДЕНА»

Приказом заведующего МБДОУ детским садом № 36

№ 064 от 01.09.2022 года
Заведующий МБДОУ детским садом № 36



/Миннекаева.Г.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 36
на 2022-2023 учебный год**

Составитель:
инструктор по физкультуре
Канаичева О.Е.

г.Казань

2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка:

- 1.1.1 Цели и задачи Программы.
- 1.1.2 Принципы и подходы в организации образовательного процесса.
- 1.2 Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет
- 1.3 Интеграция образовательных областей
- 1.4 Планируемые результаты освоения Программы.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 2.1 Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие».
- 2.2 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Особенности организации предметно-пространственной среды.
- 3.2. Кадровые условия реализации программы
- 3.3 Система физкультурно-оздоровительной работы
- 3.4 Организация двигательного режима
- 3.5. Программно-методическое обеспечение
- 3.6 Комплексно-тематическое планирование

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа инструктора по физической культуре МБДОУ детского сада №36 (далее – Программа) составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 №26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций СанПиН 2.4.1.3049-13»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Уставом МБДОУ детского сада №36;

Рабочая программа разработана с учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и с учетом парциальных программ «Физическая культура в детском саду» Пензулаевой Л.И., «Физическое воспитание в детском саду» Степаненковой Э.Я.

Рабочая программа составлена с учетом возможностей образовательного учреждения, педагогических условий. В данной программе представлена модель образовательной деятельности по реализации образовательной области «Физическое развитие», разработанная на основе данных возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей детей младшей, средней, старшей, подготовительной группы.

1.1.1. Цель программы – создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в разных видах деятельности, творческой самореализации. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

Это станет возможно, если взрослые будут нацелены на:

развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой сверстниками и соответствующих возрасту видов деятельности;

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Развитие физической культуры.

Задачи:

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

1.1.2. Принципы подхода в организации образовательного процесса.

Принципы:

Принцип гуманизации образования требует построения педагогического процесса на полном признании гражданских прав всех участников образовательного процесса. Этот принцип ставит педагога, родителя и воспитанника на одну ступень, где каждый заслуживает любви, уважения и понимания.

Принцип природосообразности требует строить образовательный процесс на целостности природы *Ребенка*. «Ребенок развивается по законам Природы, по ее календарному плану. Природа движется по пути обретения своей единственности и неповторимости в лице каждого данного ребенка, по пути обретения заданной ему формы и наращивания заданных ресурсов» (Ш.А. Амонашвили). Это движение природы в ребенке происходит через стремление к развитию, познанию, взрослению и свободе.

Принцип деятельностной направленности образования требует от воспитывающих взрослых внимания к саморазвитию и развитию детей способности к активному познанию природы, истории родного края, его традиционной и современной культуры; внимания к творческому освоению не только уже исторически сложившихся, но и еще исторически складывающихся, объективно пребывающих в состоянии формирования человеческой ментальности.

В отличие от репродуктивного продуктивный, творческий характер воспитания и обучения стимулирует развитие у ребенка способности решать жизненно важные проблемно-творческие задачи, находящиеся в зоне его ближайшего и отдаленного развития.

Принцип осознанного взаимодействия воспитывающих взрослых и развития требует внимания к каждому участнику воспитательно-образовательного процесса; установления оптимального соотношения участия родителей и прародителей, воспитателей, педагогов дополнительного образования детского сада в воспитании и обучении ребенка; понимания и устремленности к развитию всех сторон взаимодействия.

Взаимодействие педагогов и родителей позитивно отражается на физическом, психическом и социальном здоровье ребенка. Многолетние наблюдения педагогов-психологов показывают, что взаимодействие родителей и воспитателей детского сада, а в последующем родителей и педагогов начальной школы позволяет снизить уровень невротизации детей, повысить доверие детей к образовательному учреждению как к безопасному (не чужому) пространству жизни, открытому культуре. Чем младше ребенок, тем

больше он стремится к радости и счастью, красоте и гармонии! Вне доверительных, открытых, нежных взаимодействий со взрослым, это стремление удовлетворить трудно.

Принцип непрерывности заключается в требовании, согласно которому процесс развития, воспитания в ребенке *Благородного Гражданина* важно осуществлять непрерывно: не только в детском саду, но и в семье.

Соглашаясь с точкой зрения А.А. Леонтьева, который считает, что непрерывность – это «наличие последовательной цепи учебных задач на всем протяжении образования, переходящих друг в друга и обеспечивающих постоянное, объективное и субъективное продвижение учащихся вперед на каждом из последовательных временных отрезков», мы полагаем, что следование принципу непрерывности в образовании дошкольника позволяет сохранять целостную жизненную связь семьи и группы детского сада.

Принцип регионализации образования требует учета региональных особенностей (этнографических, историко-культурных, экологических и др.) в содержании и организации общественного и семейного дошкольного образования и обеспечения полноты и непрерывности образования педагога, родителя, ребенка, проживающих на территории Подмосковья.

Принцип интеграции требует внимания к каждой составляющей культурно-образовательного пространства: семье, детскому саду, учреждениям дополнительного образования, учреждениям культуры и искусства, улице, общеобразовательной школе, гражданскому обществу и местному самоуправлению. Интеграция усилий социальных институтов, напротив, делает эффективным восхождение ребенка к национально-региональной и общечеловеческой истории и культуре. Интеграция действий семьи с учреждениями дополнительного образования, детского сада и учреждений культуры и местного самоуправления ведет к появлению свойств, которыми не обладают отдельные социальные институты.

1.2. Возрастные особенности детей дошкольного

возраста **ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (ОТ 3 ДО 4 ЛЕТ)**

Возрастные особенности детей

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга, его **общение становится внеситуативным**. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие **игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте**.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого выпить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

- В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия — переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 более форм предметов и до 7 более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. **Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.**

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее **играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.** Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. **Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.**

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом **поведение ребенка еще ситуативно.** Вместе с

тем можно наблюдать случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое

развитие» Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.

Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.

Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаляющих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривание.

Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.

Приучать детей следить за своим внешним видом. Продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.

Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу закрытым ртом, не разговаривать полным ртом,

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представления о полезной и вредной пище; о овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Дать представление о том, что утренний зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закалывания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Развивать умение ходить, бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

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

Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила сменной видов движений.

Развивать умение 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; ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.

Закреплять умение ползать.

Формирование потребностей в двигательной активности и физическом совершенствовании

Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.

Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.;

Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила подвижных игр.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

СРЕДНЯЯ ГРУППА (ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ)

Возрастные особенности детей

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста **появляются ролевые взаимодействия**. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. **Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.**

Значительно развито получение изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. **Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности.** Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похоже то или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. **Начинает складываться произвольное запоминание:** дети способны принять задачу на запоминание, помнить поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе простого раннего расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. **Речь становится предметом активности детей.** Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. **Ведущим становится познавательный мотив.** Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к повышенной обидчивости на замечания. **Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.**

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. **В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность.** Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, речи, познавательной мотивации, совершенствованием восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлении обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной области направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»¹.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки мылом перед едой, после загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать прикасаться к лицу и отворачиваться, прикрывать рот и носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу

брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

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

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

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения руки и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

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

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и в высоту с места формировать умение сочетать отталкивание с взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.

Формировать умение прыгать 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).

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

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и

т. д.

Формирование потребностей в двигательной активности и физическом совершенствовании

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

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

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

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

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.

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

СТАРШАЯ ГРУППА (от 5 до 6 лет)

Возрастные особенности детей

Дети шестого года жизни уже **могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли.** Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонацией взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает как периферия игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это **возраст наиболее активного рисования.** В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализованным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. **Овладевают обобщенным способом обследования образца.** Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. **Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям.** Появляется конструирование входесовместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядности моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности и изменениях): представления о смене времен года, дня и ночи, о увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д. Кроме того, **продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления.** В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно развивающиеся истории. Воображение будет **активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.**

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей и игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умения слушать, причинно мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной области

направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья

через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»*.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.

Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1-3 минуты.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей: при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.

Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).

Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие.

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного

опыта Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

Закреплять умение сочетать замах броском и метанием, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой или левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Знакомить с спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом

совершенствовании Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

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

Проводить один раз в месяц физкультурные досуговые мероприятия продолжительностью 25-30 минут; два раза в год — физкультурные праздники продолжительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досуговых мероприятий привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ КШКОЛЕ ГРУППА (ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы **начинают сваявать сложные взаимодействия людей**, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли теми или иными участниками игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. **Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма.** Более явным становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотнее изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства с знакомыми им объектами.

предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; **способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.**

В этом возрасте дети уже **могут освоить сложные формы сложения** из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. **Данный вид деятельности** не просто доступен детям — он **важен для углубления их пространственных представлений.**

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако оно не всегда может одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников **продолжает развиваться речь**: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер оценок, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной области направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закалывающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.

Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.

Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные и игры физические упражнения.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, чистить зубы, полоскать рот после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком и расческой, следить за своим внешним видом, быстро раздеваться и одеваться, вешать одежду в определенном порядке, следить за чистотой одежды и обуви.

Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами, обращаться с посудой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.

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

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

Учить активно отдыхать.

Расширять представления о правилах и видах закалывания, о пользе закалывающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

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

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

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

Закреплять умение сочетать разбег с толканием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

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

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

Проводить один раз в месяц физкультурные досуговые мероприятия длительностью до 40 минут, два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

1.3. Интеграция образовательных областей

Чем младше ребенок, тем менее дифференцировано его развитие. Наиболее эффективно образовательные задачи решаются в том случае, когда педагог целенаправленно использует интегративный подход при организации образовательного процесса.

Поясним принцип интеграции образовательных областей на примере физического развития.

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультурные минутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Педагогу следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности (непросто ответить на вопрос, а ответ их хлопок, ответ и передача мяча и пр.).

Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

С другой стороны, в процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при использовании спортивного инвентаря;
- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;
- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования;
- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;
- проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания из занятий физической культурой;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек;
- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформления помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-

коммуникативное развитие. Развивать игровую и попытку совместной игры взрослого с ребенком и сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

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

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

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

1.4. Планируемые результаты освоения

Программы ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (ОТ 3 ДО 4

ЛЕТ)

Планируемые результаты освоения Программы формулируются через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

К четырем годам в возрасте при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, владеющий основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими в возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное

время). Самостоятельно выполняет доступные в возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или по слуху напоминает взрослому о соблюдении элементарных правил поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

СРЕДНЯЯ ГРУППА (ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ)

К пяти годам в возрасте при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, владеющий основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях

х.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены.

Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Образовательная область «Физическое развитие»

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).

Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме. Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полощет рот после еды).

СТАРШАЯ ГРУППА (от 5 до 6 лет)

К шести годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания. Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Образовательная область «Физическая культура»

Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу

Имеет навыки опрятности (замечает не порядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня. Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ)

Итоговые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования описывают интегративные качества ребенка, которые он может приобрести в результате освоения Программы:

К семи годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Образовательная область «Физическое развитие»

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега — не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, словесной инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаляющих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

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

Организованная образовательная деятельность

- **игры** дидактические, дидактические с элементами движения, подвижные, психологические, музыкальные, хороводные, театрализованные, игры-драматизации, игры на прогулке, подвижные и игры имитационного характера;

- **физкультурные занятия** игровые, сюжетные, тематические (содним видом физических упражнений), комплексные (с элементами ритмики, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские

- туристические прогулки;
- физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);
- спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;
- праздники;
- театрализованные представления;
- смотр-конкурсы;

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов

• **физическое развитие:** комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения подвижные и игры во второй половине дня;

Самостоятельная деятельность детей: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)

Задачи содержания работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет

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

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
 - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
 - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:
1. Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений руки ног.
 2. Приучать действовать совместно.
 3. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
 4. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
 5. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
 6. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
 7. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
 8. Развивать умение 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 в песок, мячей диаметром 15-20 см.
 9. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
 10. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
 11. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
5. Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
6. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
7. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила подвижных игр.
8. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.
9. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные виды движений **Ходьба.**

Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, полестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленно кружение в обе стороны.

Бег.

Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м). Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой или левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье.

Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки.

Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-блиний

(поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстоянии не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием. Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

• **Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочек с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

• **Подвижные игры**

Сбегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мышки и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

Спрыжками. «Поровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробьишки и кот», «Скочки на качку».

Сподлезание милазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

Сбросание миловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто игде кричит», «Найди, что спрятано».

Спортивные развлечения. «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать правильную осанку.
2. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
3. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
4. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
5. Развивать умение перелезть содного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
7. В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание с размахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
8. 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).
9. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
10. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
4. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
5. Один раз в месяц проводить физкультурные досуhy продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники

(зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

6. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.
7. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
8. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
9. Приучать к выполнению действий по сигналу.
10. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и групп ражнений:

• Основные движения

Ходьба.

Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, споворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (по очереди через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег.

Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье.

Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки.

Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину места (не менее 70 см). Прыжки скороткой скалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками: из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

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

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

• Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой или левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять прыжки; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед,

в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками и пол, пятками и палку

(канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

• **Подвижные игры**

Сбегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя в бору», «Птичка-кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони по погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

Спрыжками. «Зайцы в волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята». Сбросание миловей. «Подбрось-поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Ктошел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя в бору» и др.

Спортивные развлечения. «Спорт — это сила и здоровье», «Веселые ритмы». «Здоровье дарит Айболит».

Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет Содержание образовательной области

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
2. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
4. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
5. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
6. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, менять темп.
7. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости

от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

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

9. Знакомить с спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

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

3. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

4. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

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

6. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

7. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

• Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала споворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег.

Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, в рассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье.

Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки.

Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой – 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание.

Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами.

Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика.

Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением,

• Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно.

Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положения руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (скаждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

• Спортивные игры

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 м, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой или левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

• Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

Спрыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «Скочкина кочка», «Кто делает меньше прыжков?», «Классы».

Слазание и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные наученье».

Сметанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попадив обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, горясно!» и др.

Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
2. Формировать и сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
3. Закреплять умение соблюдать заданный темп ходьбы и бега.
4. Добиваться активного движения кисти руки при броске.
5. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
6. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
7. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
8. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
9. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
10. Закреплять умение сочетать разбег с толкновением в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
11. Упражнять в перелезании и сползании по гимнастической стенке по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

2. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельными достижениями в области спорта.
3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
4. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

- **Основные движения**
Ходьба.

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

Бег.

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

Ползание, лазанье.

Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения руки и ноги, перелезанием сполетая на пролет по диагонали.

Прыжки.

Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега

(180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, па-рами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание.

Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ног скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой или левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами.

Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика.

Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

• Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти и плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, поднимая руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней у порезади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова

ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

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

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

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой или левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

• Подвижные игры

Сбегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бериленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?».

«Ктоскореедокатитобручдофлажка?», «Жмурки», «ДваМороза», «Догонисвоюпару», «Краски», «Горелки», «Коршунинаседка».
Спрыжками. «Лягушкиицапля», «Непопадись», «Волкворву».
Сметаниемиловлей. «Когоназвали, тотловитмяч», «Стоп», «Ктосамыйметкий?», «Охотникиизвери», «Ловишкисмячом».
Сползаниемилазаньем. «Перелетптиц», «Ловляобезьян».
Эстафеты. «Веселыесоревнования», «Дорожкапрепятствий».
Сэлементамисоревнования. «Ктоскореедобежитчерезпрепятствиякфлажку?», «Чьякомандазаброситвкорзинубольшемячей?».
Народныеигры. «Гори,горясно», лапта.
Спортивные развлечения. «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «ПутешествиевСпортландию».

2.2. Описаниеформ,способов,методовисредствреализацииПрограммысучетомвозрастныхиидивидуальныхособенностейвоспитанников.

3-4года

- непосредственнообразовательнаядеятельность;
- развивающаяигроваядеятельность;
- подвижныеигры;
- спортивныеигрыиупражнения;
- спортивныепраздникииразвлечения,досуги,дниздоровья;
- игровыебеседысэлементамидвижений;
- разныевидыгимнастик;
- закаливающиепроцедуры;
- физминутки,динамическиепазузы;
- чтениехудожественнойлитературы,рассматриваниеиллюстраций;
- двигательнаяактивностьвтечение дня.

4-5лет

- непосредственнообразовательнаядеятельность;
- развивающаяигроваядеятельность;
- подвижныеигры;
- спортивныеигрыиупражнения;
- спортивныепраздникииразвлечения,досуги,дниздоровья;
- игровыебеседысэлементамидвижений;
- разныевидыгимнастик;
- закаливающиепроцедуры;
- физминутки,динамическиепазузы;

- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

5-6 лет

- непосредственно образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закалывающие процедуры;
- физминутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

6-7 лет

- непосредственно образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закалывающие процедуры;
- физминутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

СТРУКТУРА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

до 15 мин. - 2-я младшая

группа 20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть:

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

2 мин. - средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

(разминка):

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

2 мин. - средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 8 мин. - 1-я младшая группа, 11 мин. - 2-я младшая группа, 15 мин. - средняя группа, 17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

1 мин. - 1-я и 2-я младшая группа и средняя группа,

2 мин. - старшая группа,

3 мин. - подготовительная к школе группа.

СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ЧАСА НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

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

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

1 мин. - средняя группа,

2 мин. - старшая группа,

3 мин. - подготовительная к школе группа.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 9 мин. - 1-я младшая группа, 13,5 мин. - 2-я младшая группа, 18 мин. - средняя группа, 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),

2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

3 — игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),

4 — сюжетно-

игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлению с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),

5 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольца брос, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо способствует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования. В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой или левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опорой на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте одной ногой и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку или в мяч среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым или левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим прыгиванием.

ФИЗКУЛЬТУРНО-

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. Поэтому на направление разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т.п.

СПОРТИВНО-

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов сознательного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Опорный прыжок: сместачерез гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке.

Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метанием и бросками; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка

пространстве и др.), но способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

Взаимодействие со специалистами

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

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

Используются здоровьесберегающие технологии и специальные физические упражнения для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. Происходит взаимодействие детей и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. Формируются навыки безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивными инвентарем, во время самостоятельной деятельности. Происходит помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п. Активизируется мышление детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора и воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи в связи:

2. Коррекция звукопроизношения;
3. Упражнение детей в основных видах движений;
4. Становление координации общей моторики;
5. Умение согласовывать слово и жест;
6. Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе своему здоровью, к здоровью близких, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников—консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей—создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьей

Знакомство с семьей: встречи-знакомства, посещение семей, анкетирование семей.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.

Образование родителей: лекции, семинары, семинары-практикумы, проведение мастер-классов, тренингов.

Совместная деятельность: привлечение родителей к организации вечеров музыки и поэзии, гостиных, конкурсов, концертов семейного воскресного абонемента, маршрутов выходного дня (в театр, музей, библиотеку и пр.), семейных объединений (клуб, студия, секция), семейных праздников, прогулок, экскурсий, семейного театра, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

Содержание направлений работы с семьей по образовательной области «Физическое развитие»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, влистных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулировать двигательную активность ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

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

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также в районе, городе).

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы

Мониторинг физического развития проводится два раза в год (октябре и апреле). Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

В начале учебного года по результатам мониторинга определяется зона образовательных потребностей каждого воспитанника: высокому уровню соответствует зона повышенных образовательных потребностей, среднему уровню – зона базовых образовательных

потребностей, низкому – зона риска. Соответственно осуществляется планирование образовательного процесса на основе интегрирования образовательных областей с учетом его индивидуализации.

В конце учебного года делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и о достижении положительной динамики самих образовательных потребностей.

Цель мониторинга –

изучить процесс достижения детьми планируемых итоговых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования на основе выявления динамики компетенций, которые они должны приобрести в результате ее освоения к 7 годам.

Форма и процедура мониторинга.

Мониторинг проводится инструктором по физической культуре по нормативам для каждого возраста. Индивидуально.

3. Организационный раздел Программы:

Условия Реализации Программы

3.1. Особенности организации предметно-пространственной среды ДОО

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально-бытового и/или культурно-эстетического характера. Это условия существования человека, его жизненное пространство.

Образовательная среда детского сада предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Основные требования к организации среды.

Развивающая предметно-пространственная среда МБДОУ детского сада №36:

- содержательно-насыщенная, развивающая;
- трансформируемая;
- полифункциональная;
- вариативная;
- доступная;
- безопасная;
- здоровьесберегающая;
- эстетически-привлекательная.

Физкультурное оборудование и инвентарь

Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1 м, пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	3 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)	2 шт.
<p>Мячи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • набивные весом 1 кг, • маленькие (теннисные и пластмассовые), • средние (резиновые), • большие (№3), • для футбола 	<p>6 шт. 10 шт. 40 шт. 20 шт. 10 шт.</p>
Гимнастический мат (длина 100 см)	3 шт.
Палка гимнастическая	22 шт.
<p>Скакалка детская</p> <ul style="list-style-type: none"> • для детей подготовительной группы (длина 210 см) • для детей средней и старшей группы (длина 180 см) 	<p>25 шт. 25 шт.</p>
Кольцеброс	1 шт.
Кегли	27 шт.
<p>Обруч пластиковый детский</p> <ul style="list-style-type: none"> • большой (диаметр 90 см) • средний (диаметр 50 см) 	<p>10 шт. 15 шт.</p>
Конус для эстафет	4 шт.

Дуга для подлезания (высота 42 см) Ду га для подлезания (35 см) Дуга для подлезания (25 см)	3 шт. 3 шт. 4 шт.
Кубики пластмассовые	16 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	1 шт.

Рулетка измерительная(5м)	1 шт.
Секундомер	1 шт.
Свисток	1 шт.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных игр необходимо музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляются для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также повсеместному развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются

Кадровые условия реализации

программы Требования к квалификации педагогических кадров:

Инструктор по физической культуре: высшее или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта, доврачебной помощи без предъявления требований к стажу работы.

Профессиональные обязанности педагогов дошкольного образования

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-

ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», глава 5, статья 48, педагогические работники ДОО обязаны:

- осуществлять свою деятельность на высоком профессиональном уровне, обеспечивать в полном объеме реализацию Программы;
- соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, следовать требованиям профессиональной этики;

- уважать честь и достоинство воспитанников и других участников образовательных отношений;
- развивать у воспитанников познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности;
- формировать гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира, формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- применять педагогически обоснованные и обеспечивающие высокое качество образования формы, методы обучения и воспитания;
- учитывать особенности психофизического развития детей и состояние их здоровья, взаимодействовать при необходимости с медицинскими организациями.

В соответствии с ФГОС ДО, деятельность педагогических работников в ДОО должна исключать перегрузки, влияющие на надлежащее исполнение ими их профессиональных обязанностей, тем самым снижающие необходимое индивидуальное внимание к воспитанниками способные негативно отразиться на благополучии и развитии детей.

Необходимым условием качественной реализации Программы является ее непрерывное сопровождение педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени ее реализации в ДОО или в группе.

3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа ДООУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в октябре и апреле) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных классов групп.	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Старшие и подготовительная классы группы	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура	Все группы	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп

3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
11.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	Группы детей 5-7 лет	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре

IV. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режим проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновение инфекции)	Ст. медсестра
3.	Кварцевание групп кабинетов	ежедневно	В течение года	Воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
5.	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	Воспитатели

6.	Массажстоп (в период проведения занятий в режим динамических пауз)	Средний и старший возраст	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7.	Упражнения специального воздействия	Старший возраст	ежедневно	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре, воспитатели
V. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и передсном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
VI. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

3.4. Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 часов и более/нед
Утренняя гимнастика	6-8 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физминутка во время НОД	2-3 мин			

Динамическая пауза между занятиями (если нет физкультуры или музыки)	5 мин
---	-------

Подвижнаяигранапрогулке	6-10мин	10-15мин	15-20мин	15-20мин
Инд.раб.поразвитиюдвиженийнапрогулке	8-10мин	10-12мин	10-15мин	10-15мин
Динамическийчаснапрогулке	15-20мин	20-25мин	25-30мин	30-35мин
Физкультурныезанятия	15-20мин	20-25мин	25-30мин	30-35мин
Музыкальныезанятия	15-20мин	20-25мин	25-30мин	30-35мин
Гимнастикапоследнегосна	5-10мин	5-10мин	5-10мин	5-10мин
Спортивныеразвлечения	20мин	30мин	30мин	40-50мин
Спортивныепраздники	20мин/2р/г	40мин/2р/г	60-90мин/2р/г	
Неделяздоровья	Сентябрь,январь,апрель			
ПодвижныеигрывоII половине дня	6-10мин	10-15мин	15-20мин	15-20мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно			

3.5. Программно-методическоеобеспечение

- Программно-методическоепособие «Растуздоровым».АвторЗимонинаВ.Н.
- СтепаненковаЭ.Я.Физическоевоспитаниевдетскомсаду.
- СтепаненковаЭ.Я.Теорияиметодикафизическоговоспитанияиразвитияребенка.
- СтепаненковаЭ.Я.Методикафизическоговоспитания.—М.,2005.
- СтепаненковаЭ.Я.Методикапроведенияподвижныхигр.—М.:Мозаика-Синтез,2008-2010.
- СтепаненковаЭ.Я.Физическоевоспитаниевдетскомсаду,—М.:Мозаика-Синтез,2005-2010.
- РуноваМ.А.Двигательнаяактивностьребенкавдетскомсаду.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательныхучреждений.
- ПензулаеваЛ.И. Оздоровительнаягимнастикадлядетей3-7лет.—М.:Мозаика-Синтез,2009-2010.
- ПензулаеваЛ.И.Физкультурныезанятиявдетскомсаду.Вторая младшаягруппа.—М.:Мозаика-Синтез,2009-2010.
- ПензулаеваЛ.И.Физкультурныезанятиявдетскомсаду.Средняягруп-за.-М.:Мозаика-Синтез,2009-2010.
- ПензулаеваЛ.И.Физкультурныезанятиявдетскомсаду.Старшаягруппа.-М.:Мозаика-Синтез,2010.
- ПензулаеваЛ.И.Подвижныеигрыиигровыеупражнениядлядетей3-7лет.
- ПензулаеваЛ.И.Физическаякультуравдетскомсаду.Системаработывподготовительнойкшколегруппе.
- ПензулаеваЛ. И.Малоподвижныеигрыиупражнениядлядетей3-7лет.

- Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников.

Образовательная область «Физическое развитие»

Методические пособия

Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.

Список пособий к Программе:

Официальные документы:

1. **Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»** вступил в силу 01.09.2013 г.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «**Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования**» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384)
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «**Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций**» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. № 264)
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «**Об осуществлении мониторинга системы образования**»
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «**Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования**» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038)
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 14 июня 2013 г. № 462 г. Москва «**Об утверждении Порядка проведения самообследования образовательной организацией**» (Зарегистрирован в Минюсте РФ 27 июня 2013 г. № 28908)
6. Устав МБДОУ детского сада № 4 р.п. Переяславка. 8. Давыдов В. В., Петровский В. А. и др. Концепция дошкольного воспитания // Дошкольное воспитание. — 1989. — № 5. 9. Детский фонд ООН ЮНИСЕФ. Декларация прав ребенка, 1959.

Методические пособия к программе «Отрождения до школы» под редакцией Веракса Н. Е.

- Н. Е. Веракса «Рабочая программа воспитателя. Планирование на каждый день» Первая младшая группа, издательство Учитель, Волгоград, 2013 год
- Н. Е. Веракса «Рабочая программа воспитателя. Планирование на каждый день» Вторая младшая группа, издательство Учитель, Волгоград, 2013 год
- Н. Е. Веракса «Рабочая программа воспитателя. Планирование на каждый день» Средняя группа, издательство Учитель, Волгоград, 2013 год

-Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Старшаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013год

-

Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Подготовительнаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013год

Приложения:

1. Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Перваямладшаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013 год
2. Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Втораямладшаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013 год
3. Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Средняягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013
4. Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Старшаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013
5. Н.Е.Веракса«Рабочаяпрограммавоспитателя.Планированиенакаждыйдень»Подготовительнаягруппа,издательствоУчитель,Волгоград,2013 год
6. Е.И.Подольская,И.В.Померанцева«Физическоеразвитиёмладшихдошкольников»,диск,издательство«учитель,2014год.7.Р.Р.Хайрутдинов,«УтренняягимнастикавДОУ.Диск,издательствоУчитель,2014год.
- 8.РасписаниеООД
- 9.Распорядок деятельности по времени в течение дня
- 10.Режимдня
- 11.Расписаниеутреннейгимнастики1
- 2.Расписание физ. и муз. развития
- 13.Листокздоровья
14. ФГОСДО.
15. Организацияобразовательнойдеятельности(документ)1
- 6.Реестрпособий к ООПДО.
- 17.Мониторинг развития детей.
- 18.Конспектызанятийпогруп.пам.
- 19.Картотекаподвижныхигр.
- 20.Картотекаразвлечений,праздников,досугов.

3.6. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ

ПЛАНИРОВАНИЕ ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА 3-4 года

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1- й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Интеграция образовательных областей	
1	2	3	4	5	6	
Сент ябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками					
		Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Социально- коммуникативное»
		Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. У ч и т ь ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. <i>Подвижная игра</i> «Бегите комне»	Учить: – ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; – подпрыгивать на двух ногах вместе. <i>Подвижная игра</i> «Догони меня»	Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами. Учить энергично отталкивать мяч двумя руками. <i>Подвижная игра</i> «Мой веселый, звонкий мяч», <i>малоподвижные игры</i> «Найди мяч», «Надувай мяч»	Учить: – ходить и бегать колонной по одному в составом группы; – подлезать под шнур. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик»	

Ок-тябрь	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду				
	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Социально-коммуникативное»
	Учить: – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. У п р а ж н я т ь в подпрыгивании на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра «Поезд», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i>	Учить: – во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; – при перепрыгивании и приземлении на полусогнутые ноги. У п р а ж н я т ь в прокатывании мячей. <i>Подвижная игра «У медведя в борю»</i>	Учить: – останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; – подлезать под шнур. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площадке. <i>Подвижная игра «Бежать к флажку», малоподвижная игра «Угадай, чейго лосок?»</i>	Закреплять умение ходить и бегать по кругу. У ч и т ь энергично отталкивать мяча при прокатывании друг друга. Упражнять в ползании на четвереньках. <i>Подвижная игра «Мыши вкладовой»</i>	

Ноябрь	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться своим имуществом; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков
--------	--

		Занятия3–4	Занятие5–6	Занятие7–8	«Физическое развитие» «Познавательное развитие» «Социально-коммуникативное»
	<p>Упражнять ходьбу и бег.</p> <p>Учить: – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках.</p> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятались мышонок?»</i></p>	<p>Упражнять: – в ходьбе по одной ноге по одному; – прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча.</p> <p><i>Подвижная игра «Трамвай»</i></p>	<p>Упражнять: – в ходьбе по одной ноге по одному; – ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; – ползать на четвереньках</p>	<p>Закрепляют умение ползать по дуге на четвереньках. Упражнять: – в ходьбе по уменьшенной площади.</p> <p><i>Подвижная игра «Найди свой домик»</i></p>	

Декабрь	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Познавательное развитие» «Социально-коммуникативное»
	Цели	Учить: – ходить и бегать в рассыпную, используя всю площадь зала; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. <i>Подвижная игра «Наседка и цыплята», малоподвижная игра «Лошадки»</i>	Учить: – ходить и бегать по кругу; – мягко мускулы прыгивать на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра «Поезд»</i>	Учить: – ходить и бегать в рассыпную; – катать мяч друг другу, выдерживая направление; – подползать под дугу. <i>Подвижная игра «Птички и пенечки»</i>	Учить: – ходить и бегать по кругу; – подлезать под шнур, не касаясь руками; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Воробышки и кот», малоподвижная игра «Каравай»</i>	

Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой					
	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятия 5–6	Занятия 7–8	«Физическое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» «Социально-коммуникативное»
Январь	Познакомить: – с перестроением ходьбы парами; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвижении вперед. <i>Подвижная игра «Кролики»</i>	Учить: – ходить и бегать в рассыпную приспрыгивании; – мягко упреждать на полусогнутые ноги; – прокатывать мяч вокруг предмета. <i>Подвижные игры «Трамвай», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»</i>	Упражнять: – в ходьбе парами и беге в рассыпную; – прокатывать мяч друг другу; – подлезать под дугу, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i>	Упражнять: – в ходьбе и беге с установкой на сигнал воспитателя; – подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Мышкловод»</i>	

Февраль	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу					
		Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» «Социально-коммуникативное»
		Упражнять: – в ходьбе и беге рассыпную; ; – прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. <i>Подвижная игра «Птички в гнездышке»</i>	Упражнять: – в ходьбе и беге колонной по одному, выполнения задания; – прокатывании мяча друг другу. Учить приземляться на полусогнутые ноги при прыгании. <i>Подвижная игра «Воробышки и кот»</i>	Упражнять: – в ходьбе перемешным шагом через шнуры; – беге рассыпную; – бросать мяч через шнур; – подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», мало подвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i>	Упражнять: – в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; – беге рассыпную; – пролезать в обруч, не касаясь руками пола; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Кролики»</i>	

Март	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения				
		Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8
	Учить: – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге рассыпную. Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами	Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; – ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками	Упражнять: – в ходьбе парами; – беге в рассыпную; – ходьбе с перешагиванием черед брусков. Учить правильному хвату руками зарейки при привлечении наклонную лестницу	

Ап- рель	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрастными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени отчеству					
		Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное»
		Упражнять: – в ходьбе и беге с постановкой по сигналу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра «Курочка-хохлатка», малоподвижная игра «Где цыпленок?»</i>	Упражнять: – ходить колесом по одному; – бегать враспынную; – в прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча об пол. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Пройди тихо»</i>	Упражнять: – ходить бегать в рассыпную; – бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; – ползать под доской. <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятались мышонок?»</i>	Упражнять: – в ходьбе и беге колонной по одному; – влезать на наклонную юлесенку; – в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i>	

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т б е г а т ь , с о х р а н я я р а в н о в е с и е , и з м е н я я н а п р а в л е н и е , т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я , м о ж е т п о л з а т ь н а ч е т в е р е н ь к а х , л а з а т ь п о л е с е н к е - с т р е м я н к е , к а т а т ь м я ч в з a д a n н о м н а п р a в л e н и и , б р o c a т ь e г o д в у м я р у к a м и , у д a р я т ь o б п o л , б р o c a т ь e g o в v e р x 2 –</p> <p>З р а з a п o д р я д и л o в и т ь ; п р o я в л я е т п o л o ж и т е л ь н ы е э м o ц и и п р и ф и з и ч e c k o й a к т и в н o c т и , в c a м o c т o я т e л ь н o й д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c т и , д o б р o ж e л a т e л ь н o c т ь , д р у ж e л ю б и e п o o т н o ш e н и ю к o к р у ж a ю щ и м</p>						
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное»
Май	Цели	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу; – сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в перепрыгивании через езднур. <p><i>Подвижная игра «Мыш в кладовой», малоподвижная игра «Найди цыпленка»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать в рассыпную; – в подбрасывании мяча; – в приземлении наносочки в прыжках в длину с места. <p><i>Подвижная игра «Огуречик, огуречик...», малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; – бегать в рассыпную; – учить подбрасывать мяч в верх и ловить его; – ползании по скамейке на ладонях и коленях. <p><i>Подвижная игра «Воробышки кот»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе, отработывая переменный шаг координацию движений, и бег в рассыпную; – в равновесии. <p>З а к р е п л я т ь умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Каравай»</i></p>	

СРЕДНЯЯ ГРУППА 4-5 ЛЕТ

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды образовательных областей
1	2	3	4	5	6

Сентябрь

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках над двухногах, может бросать мяч двумя руками от груди;

<p>проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками</p>				
Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятия 7–9	Занятия 10–12	<p>«Физическое развитие» «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие»</p>
<p>Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1; Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном толкании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару»</p>	<p>Учить: – Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании и вверх; Упражнять в прокатывании мяча <i>Подвижная игра</i> «Самолеты», «Найди себе пару»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по 1, беге в рассыпную; В прокатывании мяча, лазанье под шнур. -упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Огуречик», «Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот»</p>	<p>Учить: -детей останавливаться по сигналу воспитателя в время ходьбы; - закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; – подлезать под шнур. <i>Подвижная игра</i> «У медведя в бору» -разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> -«перебрось-поймай», - «успей поймать», -«вдоль дорожки» <i>Подвижная игра</i> «Огуречик»</p>	

Октябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т б е г а т ь, с о х р а н я я р а в н о в е с и е, и з м е н я я н а п р а в л е н и е, т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я, м о ж е т к а т а т ь м я ч в з a д a н н о м н a п р a в л e н и и, б р o с a т ь м я ч д в у м я р у к a м и, п р o я в л я е т п o л o ж и т е л ь н ы е э м o ц и и п р и ф и з и ч e с к o й a к т и в н o с т и, o т к л и к a e т с я н a э m o ц и и б л и з к и х л ю д e й и д р у з e й, д e л a e т п o п ы т к и п o ж a л e т ь c в e р c т н и к a, o б н я т ь e г o, п o м o ч ь, и м e e т п o л o ж и т e л ь н ы й н a c т р o й н a c o б л ю д e н и e э л e м e n т a р н ы х п р a в и л п o в e д e н и я в д e т c k o м c a д у</p>				
	Занятия13–15	Занятия16–18	Занятие19–21	Занятие22–24	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное»
<p>Учить: –сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре Упражнять в энергичном толкании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. <i>Подвижная игра</i> «Кот имыши», -упражнять в перебрасывании мяча через сетку <i>Игровые упражнения:</i> «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли» <i>Подвижная игра</i> «найди свой цвет»</p>	<p>Учить: –находить свое место в шеренге после ходьбы и бега Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили», - упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «ловишки»</p>	<p>Упражнять в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; - в прокатывании мяча в прямом направлении, в ладонь под дугу. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, где спрятано?» - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <i>Игровые упражнения</i> «Прокати-нейрони», «Вдоль дорожки» <i>подвижная игра</i> «Цветные автомобили»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную; Повторить ладань под дугу, не касаясь руками пола; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Кот имыши» <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто позвал?» - упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. <i>Игровые упражнения:</i> - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее подорожке», <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»</p>		

Ноябрь	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков				
	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятия 31–33	Занятия 34–36	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное»
	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в прыжках на 2 ногах, Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу, – наносках, - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, - в прокатывании мяча.	Упражнять: – в ходьбе и беге с изменением направления, - в бросках мяча о землю и ловле его 2-мя руками, - ползание на четвереньках.	Упражнять: - в ходьбе и беге с постановкой сигнала воспитателя, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра «Цветные автомобили»</i> - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках. <i>Игры упражнения:</i> «Пингвины», «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра «самолеты»</i>	

Ноябрь	<p><i>Подвижная игра «Салки», малопо движная игра «Найди и промолчи»</i></p> <p>»»</p> <p>- упражнять</p> <p>- в ходьбе и беге с изменением направления движения;</p> <p>- ходьбе и беге «змейкой» между предметами,</p> <p>- в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <i>Игровые упражнения: «Непопадись», «Поймай мяч»</i></p> <p><i>Подвижная игра «Кролики»</i></p>	<p><i>Подвижная игра «Самолеты»</i></p> <p>«Найди себе пару»</p> <p>- повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием.</p> <p><i>Игровые упражнения: «непопадись», «Догони мяч», Подвижная игра «Найди себе пару»</i></p>	<p><i>Подвижная игра «Лиса и куры»</i></p> <p>- упражнять детей в ходьбе между предметами, незадеяях;</p> <p>- в прыжках и беге с ускорением.</p> <p><i>Игровые упражнения «Незадень», «Передай мяч» «Догони пару»</i></p>		<p>«Физическое развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p>
Дек	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): у м e e т б e г а т ь , с o x p a н я я р a в н o в e с и e , и з м e н я я н a п р a в л e н и e , т e м п б e г a в с o o т в e т с т в и и с у к а з а н и я м и в o c п и т a т e л я , c o x p a н я e т р a в н o в e с и e п р и x o д ь б e и б e г e п o o г р a н и ч e н н o й п л o c k o c т и , н a п o в ы ш e н н o й o п o р e , м o ж e т п o л з а т ь п р o и з в o л ь н ы м c п o c o б o м , п o д л e з a т ь п o d д y г и , c г р y п п и р o в a в ш и c ь , к a т a т ь м я ч в з a д a н н o м н a п р a в л e н и и , д р y г д р y г y и з p a з н ы х и . п . , п р o я в л я e т и н т e р e c к y ч a c т и ю в c o в м e c т н ы x и г p a x и ф и з и ч e c k и x y п p a ж н e н и я x , п р o я в л я e т y м e н и e в з a и м o д e й c t в o в a т ь и л a д и т ь c o c в e p c т н и к a м и в н e п p o d o л ж и т e л ь н o й c o в м e c т н o й и г p e , в ы п o л н я e т п p a в и л a и г p , п o м o г a e т в p a c c т a н o в k e и y б o p k e c п o p т и н в e н т а р я .</p>				
	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	«Физическое развитие»

Развивать манипри	Упражнять -вперестроение пары	Упражнять -входьбе колонной по	Упражнять вдействиях п о	«Речево развитие» «Социально- коммуникативное»
----------------------	-------------------------------------	---	-----------------------------------	---

<p>выполнении заданий в ходьбе и беге; - ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия. Упражнять - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры», <i>малоподвижная игра</i> «Найдем цыпленка» - упражнять в ходьбе и беге между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Веселые нежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше</p>	<p>на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, Развивать - глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «У медведя в бору» - упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках со скамейки. <i>Игровые упражнения:</i> «Лошадки», «Цыплята прыгают с аборчика» <i>Подвижная игра</i> «Найди пару»</p>	<p>1, Развивать - ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу, Повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы в волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Где спрятался зайка» - повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки чередом на 2 ногах (высб см), броски мяча в верх одной рукой и ловля его 2-мя руками. <i>Игровые упражнения:</i> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <i>подвижная игра</i> «Птички и кошка»</p>	<p>заданию воспитателя в ходьбе и беге; Учить - правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, Повторить упражнения в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка» упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в равновесии - ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» <i>Игра малой подвижности</i> «Найди и промолчи</p>	
---	--	--	--	--

	бросит?»			»	
--	----------	--	--	---	--

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т б е г а т ь, и з м е н я я н а п р а в л е н и е, т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я, с о х р а н я е т р а в н о в е с и е п р и х о д ь б е п о о г р а н и ч е н н о й п л о с к о с т и, н а п о в ы ш е н н о й п л o щ а д и o п o р ы, в л а д е е т с o o т в e c т в у ю щ и м и в o z p a c т у o c н o в н ы м и д в и ж e н и я м и, c t p e м и т c я c a м o c t o я т e л ь н o в ы п o л н я т ь э л e м e n т a p н ы e п o p u ч e н и я, п p e o д o л e в a т ь н e б o л ь ш и e т p y д н o c т и, y м e e т з a н и м a т ь c e б я и г p o й</p>					
<p>Январь</p>	<p>Занятия13–15</p>	<p>Занятия16–18</p>	<p>Занятие19–21</p>	<p>Занятие22–24</p>	<p>«Физическое развитие» «Речевоe развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»</p>
	<p>Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, - в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Кролики» <i>Игра</i> <i>малой подвижности</i> «Найдем кролика» - упражнять в лазаньи в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу – по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок. <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с сосной ведущего, в прыжках перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару» - упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках с скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Лошадки» - упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча сверху зрелю и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с сосной ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» - упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши»</p>	

Февраль	<p>Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двухногах и приземляется на полусогнутые ноги, может катать мяч в заданном направлении, между предметами, друг другу; проявляет положительные эмоции при выполнении физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу</p>				
	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<p>«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»</p>
		<p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «У медведя в борю»</i></p> <p>- повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения «Покружись», Кто дальше бросит»</i> <i>Подвижная игра «У медведя в борю»</i></p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге рассыпную между предметами, В ловле мяча 2-мя руками, В ползании на четвереньках <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i> упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», Найдем снегурочку», <i>Подвижная игра «Мороз – Красный Нос»</i></p>	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, В ползании в прямом направлении, Прыжках между предметами. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> - развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения: «Точная цель», «Туннель», Подвижная игра «Мороз – Красный Нос» <i>Малоподвижная игра «Найдем зайку»</i></p>	

	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т б е г а т ь , с о х р а н я я р а в н о в е с и е , и з м е н я я н а п р а в л е н и е , т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я , м о ж е т п о л з а т ь н а ч е т в е р е н ь к а х в р а з л и ч н ы х н а п р а в л e н и я х , м е ж д у п р e д м e т а м и , , л а з а т ь п о г и м н а с т и ч e с к о й л e с т н и ц e п р o и з в o л ь н ы м c п o c o б o м , э н e р г и ч н o o т t a л k и в a e т c я в п p ы ж k a x н a д в y x и м я г k o п p и з e м л я т ь c я н a п o л y c o г н y т ы e н o г и , п p ы г a e т в д л и н y c м e c т a , м o ж e т к a т a т ь м я ч в п p я m o м н a п p a в л e н и и , c в o e м y н a п a р н и к y , y д a p я т ь м я ч o м o б п o л 2-м я р y к a m и , o d н o й и л o в и т ь 2-м я р y k a m и ; п p o я в л я e т п o л o ж и т e л ь н ы e э m o ц и и в c a м o c t o я t e л ь н o й д в и г a t e л ь н o й д e я t e л ь н o c т и , и м e e т э л e м e n t a p ь н ы e п р e d c t a в л e н и я o ц e n н o c т и з d o p o в ь я , y м e e т д e й c t в o в a т ь c o в м e c t н o в п o d в и ж н ы x и г p a x и ф и з и ч e c k и x y п p a ж н e н и я x , c o г л a c o в ы в a t ь d в и ж e н и я в c o o t в e c t в и и c t e m п o m и p и t m o м м y з ы k и .</p>				
Март	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<p>«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»</p>
	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и бега в рассыпную , В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птицы» - развивать ловкость и глазомер , Упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. Игровые упражнения:</p>	<p>Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, В бросании мячей через сетку. Подвижная игра «Бездомный заяц» - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - с выполнением задания, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить - прокатывание мяча между предметами. Игровые упражнения «Подбрось-поймай», «Прокати-не задень» Подвижная игра «Лошадка» Мало подвижная игра «Угадай, кто кричит?»</p>	<p>Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; – с выполнением задания, - в прокатывании мяча между предметами, и, В ползании на животе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Самолеты». - упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, - в прыжках на одной ноге попеременно. Игровые упражнения: «На одной ножке вдоль дорожки»,</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге в рассыпную, - с остановкой по сигналу воспитателя, - ползание по скамейке «п о-медвежьи», - в равновесии и прыжках. Подвижная игра «Охотник и зайцы» Мало подвижная игра «Найдем зайку» - упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и прыжках. Игровые</p>	

<p>«Ловишки», «Быстрые иловки», «сбейкеглю»</p>		<p>«Брось через веревочку» <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»</p>	<p><i>ые упражнения:</i> «Перепрыгни через ручеек»,</p>	
---	--	---	---	--

	<p><i>Подвижная игра «Зайка беленький» Игра малой подвижност и «Найдем зайку»</i></p>			<p>«Бег по дорожке», «Ловки ребяты»</p>	
	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т х о д и т ь п р я м о , н е ш а р к а я н о г а м и , с о х р а н я я з a д a n н о е в о с п и т a т е л е м н a п р a в л e n и e , в ы п o л н я я р a z л и ч н ы е з a d a n и я п o c и г n a л у в o c п и t a т e л я , c o х р a n я e т р a в n o в e c и e п р и x o д ь б e и б e г e п o o г р a n и ч e n н o й п л o c k o c t и , n a п o в ы ш e n н o й п л o c a d и o п o p ы , м o ж e т б р o c a т ь м я ч и л o в и т ь д в у м я р y k a m и , o т б и в a т ь м я ч o з e м л ю o d n o й r y k o й – л o в и т ь 2-м я r y k a m и , в л a d e e т c o o т в e т c t в у ю щ и м и в o з р a c t y o c н o в н ы м и д в и ж e n и я m и , г o t o в c o б л ю d a т ь э л e м e n t a p n ы e п p a в и л a в c o в м e c t n ы x и г p a x , з n a e т п p e d m e t ы б л и ж a й c h e g o o k p y ж e n и я , o p i e n t и p y e т c я в п p o c t p a n c t в e з a л a и ф и з k y л ь t y p n o й п л o c a d k и .</p>				
	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<p>«Физическое развитие» «Речевоe развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»</p>
Апрель	<p>Упражнять - в ходьбе и беге колонной по по-одному, в рассыпную; - в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра «Пробегитихо».</i> - упражнять в ходьбе и беге спойском своего места колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. <i>Игровые упражнения</i></p>	<p>Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, в явись заруки, - в рассыпную, В метании мешочков в горизонтальную цель, В умении занимать правильно и.п. в прыжках в длину места. П подвижная игра «Совушка». - повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и ползании. <i>Игровые упражнения:</i> «Подорожке», «Не задень» <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i></p>	<p>Упражнять: – в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. Развивать - ловкость и глазомер при метании на дальность. <i>Подвижная игра «Совушка»</i> – упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге в рассыпную, - в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> Птички и кошка»^{24*}- упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»</p>	

<p><i>жнения:</i> «Прокатии</p>		<p>другу, развивая ловкость иглазомер. <i>Игровые упражнения:</i></p>	<p><i>Подвижная игра</i></p>	
-------------------------------------	--	---	------------------------------	--

поймай», «Сбейбулаву», <i>Подвижнаяигра</i> «Умедведявоб ору».	<i>Малоподвижнаяигра</i> «Найдемворобушка».	«Успейпоймать», «Подбрось-поймай», <i>Подвижнаяигра</i> «Догонипару».	«Догонипару».	
--	--	--	---------------	--

Май	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя,</p> <p>может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, на повышенной площади опоры, лазать по гимнастической лестнице с переходом с одного пролета на другой различным способом (одноименный, разноименный), катать мяч в заданном направлении, друг другу, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 3–4 раза подряд и ловить; отбивать мяч правой и левой рукой не менее 5 раз подряд, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.</p>				
	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<p>«Физическое развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p> <p>«Познавательное развитие»</p>
	<p>Упражнять:</p> <p>– в ходьбе парами,</p> <p>– в сохранении устойчивого равновесия на уменьшенной площади опоры,</p> <p>– в прыжках в длину с места.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Котят и щенята».</p> <p>– упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками,</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Достань мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги-не задень», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p>	<p>Упражнять:</p> <p>– повторить ходьбу сменной ведущего, Упражнять</p> <p>– в прыжках в длину с места,</p> <p><i>Развивать ловкость</i></p> <p>в упражнении с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Котят и щенята»</p> <p>– упражнять детей в ходьбе с постановкой сигнала ведущего,</p> <p>– ходьбе и беге по кругу.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p>	<p>Упражнять:</p> <p>– в ходьбе с высоким подниманием колена,</p> <p>– беге в рассыпную, В ползании по скамейке на животе,</p> <p>В метании предметов в вертикальную цель.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Най демзайца»</p> <p>– упражнять детей в ходьбе и беге парами, закрепить прыжки через</p>	<p>Упражнять:</p> <p>– в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору»</p> <p>– упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения,</p> <p>– в подбрасывании и ловле мяча, Повторить прыжки</p>	

		«Попадив корзину», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Удочка»	короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Игровые упражнения:</i> «Неурони», «Незадень», «Бегом под дорожке» <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо» <i>Малоподвижная игра</i> «Кто ушел?»	мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Подбрось-поймай», «Кто быстрее под дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»	
--	--	--	--	--	--

СТАРШАЯ ГРУППА 5-6 ЛЕТ

Месяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды образовательных областей
1	2	3	4	5	6
Сент	Планируемые результаты по уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его о пол правой и левой рукой на месте и в движении, умеет правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка.				
	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	«Физическое развитие»

ябрь	<u>Упражнять</u> детей - в ходьбе и беге колонной по 1;	<u>Повторить</u> ходьбу и бег между предметами;	<u>Упражнять</u> - в ходьбе с высоким подниманием колен,	<u>Разучить</u> ходьбу и бег с изменением темпа и направления	«Социально-Коммуникативное» «Познавательное развитие» «Музыка»
------	--	--	---	--	--

<p>-врассыпную, - всохранении устойчивогор авновесия, - впрыжкахспрдвиж ением впередиперебрасыван ии мяча. <i>Подвижнаяигра</i> «Мышеловка» - упражнятьв построении вколонны, В равновесии ипрыжках. <i>Игровыеупражнения</i> «Пингвины», «Непромахнись», «По мостику»,Подви жнаяигра «Ловишки» <i>Малоподвижнаяигра</i> «Укого мяч?»</p>	<p><u>Упражнять</u> - в ходьбе на носках,Развиватькоо рдинацию движений в прыжках ввысоту (достань допредмета), - ловкость в броскахмяча вверх.<i>Подвижнаяиг ра</i> «Фигуры» - повторитьходьбуи бегмежду предметами,в рассыпную,с остановкой по сигналувоспитателя, упражнения впрыжках. Развивать ловкость вбеге;Разучитьигровы еупражнения с мячом.<i>Игровыеупраж нения:</i> «Передаймяч», «Незадень», Подвижнаяигра«Мыв еселые ребята»<i>Малоподвиж наяигра</i> «Найди и промолчи»</p>	<p>- в непрерывномбеге до 1 мин, - в ползании погимнастическойск амейке с опорой наладонииколени, - в подбрасываниимя чавверх. <u>Развивать</u>ловкость иустойчивоо равнове сие приходе бе по уменьшеннойпло щади опоры. <i>Подвижнаяигра</i> «Удочка» Знакомство с татарскими народными играми: «Тюбетейка», «Аю Буре»</p>	<p>сигналувоспитателя, - пролезание в обручбоком, не задевая егозакрай, <u>Повторить</u>уп ражнения равновесии и впрыжках. <i>Подвижнаяигра</i> «Мывеселыеребята» - упражнять - вбегенадлиннуюд истанцию, - в прыжках,Повторить задания смячом, развиваяловкость и глазомер.<i>Игровыеупр ажнения</i> «Поймаймяч», «Будьловким», «Найдисвойцвет»</p>	
---	--	--	---	--

Ок-

Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных

тябрь	областей): умеет правильно приземляться при выполнении прыжка, занимается правильное исходное положение при метании предмета, выполняет этзамах; перебрасывает мячи с разных и.п.; выполняет упражнения красиво, под музыку.			
Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	«Физическое развитие»
<p>Упражнять</p> <p>- в беге продолжительно стью до 1 мин,</p> <p>- в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке,</p> <p>- в прыжках перебрасывании мяча.</p> <p>Подвижная игра «Перелет птиц»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</p> <p>- повторить ходьбу с высоким подниманием колен,</p> <p>Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), Упражнять в прыжках.</p> <p>Игровые упражнения:</p> <p>«ведение мяча по подгруппам – мпальчики, девочки,</p>	<p>Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по 1;</p> <p>Повторить бег с преодолением препятствий; Упражнять в прыжках с высоты; Развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч?»</p> <p>- упражнять в ходьбе и беге;</p> <p>Разучить игровые упражнения с мячом, Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>«Проведи мяч» (баскетбольный вариант)</p>	<p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения, Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «У дочка»</p> <p>- упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге до 1 мин,</p> <p>Познакомить с игрой в бадминтон,</p> <p>Повторить игровое упражнение с прыжками.</p> <p>Игровые упражнения:</p> <p>«Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким»</p>	<p>Упражнять в ходьбе парами, в равновесии и в прыжках.</p> <p>Повторить лазанье в обруч.</p> <p>Подвижная игра «Гуси-лебеди»</p> <p>- развивать выносливость в беге до 1,5 мин, разучить игру «Посадка картофеля», Упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>«Посадка картофеля», «Попади в корзину» (баскетбольный вариант) Подвижная игра</p> <p>«Ловишки-перебежки».</p>	<p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p> <p>«Познавательное развитие»</p>

	<i>Подвижная игра</i> «Не попадись»	«Мячводящему» «Не попадись»			
--	-------------------------------------	--------------------------------	--	--	--

Ноябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т в ы п о л н я т ь х о д ь б у и б е г с р а з л и ч н ы м в ы п о л н е н и е м з а д а н и й п о к о м а н д е в о с п и т а т е л я ; у м е е т в ы п o л н я т ь р а z л и ч н ы е в и д ы п р ы ж к о в , с т р е м и т ь с я у ч а с т в о в а т ь в и г р а х с э л e м e н т а м и с o р e в н o в а н и я ; ,				
	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»
	<p><i>Повторить</i> ходьбу с высоким подниманием колен,</p> <p><i>Упражнять</i> в равновесии, Перебрасывании мячей в шеренгах.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «мячостенку», «Поймай мяч», «Не задень»,</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок»</p>	<p><i>Упражнять</i> - в ходьбе с изменением направления движения ,Бег между предметами,</p> <p>Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед,</p> <p>В ползании по гимнастической скамейке, в ведении мяча между предметами.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Не оставься на полу» - повторить бег с перешагиванием</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения,</p> <p>- в беге между предметами, в равновесии,</p> <p><i>Повторить</i> упражнения с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Удочка».</p> <p>- упражнять в беге, развивая выносливость,</p> <p>- в перебрасывании мяча в шеренгах.</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и бегом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось поймай»,</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя,</p> <p><i>Упражнять</i> в равновесии и в прыжках.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?»</p> <p>- <i>повторить</i> бег с преодолением препятствий,</p> <p>Игровые упражнения с прыжками, с бегом с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Мячостенку»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Ловишки»</p>	

		мчерезпредметы	«Перепрыгни-незадень»		
--	--	----------------	-----------------------	--	--

		<p>Развивать - координацию движений, ловкость Упражнять в беге. Игровые упраж-я «Мяч водящему», «Помостику», Подвижная игра «Ловишки сленточками»</p>	<p>«Ловишки парами» Малоподвижная игра «Летает-нелетает»</p>	<p>перебежки», «Удочка».</p>	
--	--	---	---	----------------------------------	--

<p>Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет сохранять дистанцию друг от друга во время ходьбы и бега; сохраняет устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; активно участвует в подготовке и уборке физкультурного инвентаря; следит за внешним видом, чистотой и опрятностью физкультурной формы; проявляет поддержку и взаимовыручку при выполнении заданий.</p>				
Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	«Физическое развитие»

<p>Упражнять - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга, Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия, Повторить - перебрасывание мяча. Подвижная игра «Ловишки с ленточками» Малоподвижная игра «Сделай фигуру»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед, Упражнять в ползании и переброске мяча.</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; Повторить ползание по гимнастической скамейке; Упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p>	<p>Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, - в беге в рассыпную, - в лазанье по гимнастической стенке, - в равновесии и в прыжках. Подвижная игра «Хитрая лиса» 12- разучить игровые упражнения</p>	<p>«Речевооразвитие» «Социально-коммуникативное»</p>
---	---	--	--	---

	<p><i>-разучить</i> игровые упражнения с бегом и прыжками, Упражняют в метании предметов на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит?», «Не задень», Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч?» - повторить ходьбу и бег между предметами, Упражняют в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность. Игровые упражнения: «Метков цель», «Кто быстрее?» (прыжки) «Пройдем по мосточку» Подвижная игра «Мороз Красный Нос» Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы» Малоподвижная игра «Летает-нелетает» - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук, В перепрыгивании через шнуры, В прокатывании мячей друг другу. Игровые упражнения: «Помостику», «Через веревочку», «В ворота» Подвижная игра «Хитрая лиса»</p>	<p>с клюшкой и шайбой. Игровые упражнения: «Ведение шайбы между предметами» «Точный пас» Подвижная игра «Мы веселые ребята» «Мороз Красный Нос» Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>	
--	---	---	---	---	--

<p>Январь</p>	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; выполняет лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в подвижных играх и играх-соревнованиях, стремится к самостоятельной организации игр.</p>
---------------	--

	Занятия13–15	Занятия16–18	Занятие19–21	Занятие22–24	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»
	<p>Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в прыжках с ноги на ногу, - в забрасывании мяча в кольцо; Формировать - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Подвижная игра «Медведи и пчелы» Малоподвижная игра по выбору детей. - повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями. Игровые упражнения - ведение шайбы между предметами, - передача шайбы на клюшку друг другу, - «Сбей кеглю» Подвижная игра «Ловишки парами»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу; Разучить прыжок в длину с места; Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Подвижная игра «Совушка» - повторить игровые упражнения с бегом и мячом. Игровые упражнения: «Кто быстрее» «Пробеги – не задень» Малоподвижная игра «Найдем зайца»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, Упражнять в перебрасывании мячей друг другу, Повторить задание в равновесии. Подвижная игра «Не оставь ся на полу» - повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. Игровые упражнения: «Пробеги-не задень», «Кто дальше бросит» Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу, Упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Подвижная игра «Хитрая лиса» - повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; лазание по гимнастической стенке. Игровые упражнения «По местам», «Пробеги – не задень» «Кто быстрее» - лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.</p>	

Февраль	Планируемые результаты уровня развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет непрерывный бег до 1,5 мин; выполняет ходьбу и бег, не наталкиваясь друг на друга; умеет лазать по
---------	--

гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в играх, играх-соревнованиях, стремится к самостоятельной организации подвижной игры; имеет представление о Российской Армии.				
Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятия 31–33	Занятия 34–36	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»
<p>Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, в беге до 1 мин, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре,</p> <p>Повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в кольцо.</p> <p>Подвижная игра «Охотники и зайцы» - повторить игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по гимнастической стенке. Игровые упражнения: «Проведи-не задень» «Точный пас друг другу» «Кто выше»</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, Ходьбу и бег в рассыпную;</p> <p>Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, Упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» - упражнять в метании предметов на дальность, Повторить в игровые упражнения бегом и прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто дальше»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, Разучить метание в вертикальную цель; Упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка» - повторить игровые упражнения бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность. Игровые упражнения: «Точный круг» «Кто дальше»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки»</p>	<p>Упражнять в непрерывном беге, в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, Повторить задания в прыжках и с мячом. Подвижная игра «Гуси-лебеди» - построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто быстрее» «Не попадись» «По мостику»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки-перебежки» Мало подвижная</p>	

	«Ктобыстрее» Малоподвижная				
--	---------------------------------------	--	--	--	--

		<i>игра «Найди, где спрятано»</i>		<i>игра по выбору детей.</i>	
--	--	-----------------------------------	--	------------------------------	--

Март	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с изменением темпа движения, споворотом по команде воспитателя; принимает активное участие в эстафетах; подготавливает и убирает спорт инвентарь к занятию; знает значимость физических упражнений для организма, о важности физических упражнений для здоровья.</p>				
	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<p>«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Художественно-эстетическое развитие»</p>
	<p>Упражнять детей - в ходьбе колонной по 1, споворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; - в прыжках перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. Разучить ходьбу по канату с предметом на голове; Подвижная игра «Пожарные на учении Эстафета с большим мячом «Мяч во</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, вращения, вращения, вращения; Разучить прыжок в высоту с разбега; Упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Подвижная игра</p>	<p>Повторить ходьбу с меньшей темпа движения; Упражнять в ползании и по гимнастической скамейке, равновесии и прыжках. Подвижная игра «Стоп» - упражнять детей в ходьбе бегом в чередовании; Повторить игровые упражнения</p>	<p>Упражнять в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении; В метании в горизонтальную цель; В лазанье, в равновесии. Подвижная игра «Не оставайся на полу» - упражнять в беге на скорость; Разучить упражнение</p>	

<p>дающему. - повторить игровые упражнения с бегом; Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. Игровые упражнения: «Пасточнонаклошку», «Проведи –незадень»</p>	<p>«Медведи и пчелы» - повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Ловки ребята», «Кто быстрее» Подвижная игра</p>	<p>в равновесии, прыжках и с мячом. Игровые упражнения: «Канатоходец», «Удочка»- игровое упражнение с прыжками Эстафета с мячом «Быстро передай»</p>	<p>с прокатыванием мяча; Повторить игровые упражнения с прыжками. Игровые упражнения: «Прокати –сбей», «Пробеги –незадень» Подвижная игра «Удочка»</p>	<p style="text-align: right;">86</p>
---	--	---	---	--------------------------------------

	<i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает-нелетает»	«Карусель» <i>Игра</i> <i>малой подвижно</i> <i>сти</i> <i>по выбору детей.</i>	<i>Игра</i> <i>малой подвиж</i> <i>ности</i> «Угадай по голосу»	<i>Малоподвижная</i> <i>игра по</i> <i>выбору детей.</i>	
--	--	---	--	--	--

Ап- рель	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; сохраняет устойчивое равновесие на повышенной площади опоры; занимается правильно е.п. при прыжках и приземляется мягко на полусогнутые ноги; выполняет лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; проявляет честность, справедливость в взаимовыручку при проведении игр-соревнований.				
	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»
	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу; <i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; В прыжках и метании. <i>Подвижная игра</i> «Медведь и пчелы» - <i>упражнять</i> детей в чередовании ходьбы и бега; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с болышим мячом.	<i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами; <i>Разучить</i> прыжки скороткой скакалкой, <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей. <i>Подвижная игра</i> «Стоп» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> - <i>упражнять</i> детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; <i>Повторить</i> игровые	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя; <i>Повторить</i> метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; <i>Упражнять</i> в ползании и сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра</i> «Удочка» - <i>повторить</i> бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i>	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами; <i>Закреплять</i> навыки лазанья на гимнастическую стенку; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок?» - <i>упражнять</i> в беге на скорость; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом,	

		<p>упражнения спрыжками мячом. Игровые упражнения: «Пройди – незадень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» Эстафета спрыжками «Кт о быстрее до флажка» Малоподви жная игра «Кто уше л?»</p>	<p>«Кто быстрее», «Мяч в кругу» Подвижная игра «Карусель»</p>	<p>в прыжках и равновесии. Игровые упражнения: «Сбей кеглю», «Пробеги – незадень», «Скокки на качку».</p>	
--	--	--	--	--	--

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег легко и ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; выполняет перестроения, повороты; участвует в упражнениях с элементами спортивных игр.</p>				
Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	«Физическое развитие»

<p>Май</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; В сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре; Повторить упражнения в прыжках и мячом. Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Что изменилось» - упражнять в беге</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1 сперешагивание м через предметы ; В перебрасывании мяча. Разучить прыжок в длину с разбега, Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Найди»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и в рассыпную, Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; Повторить упражнения в равновесии и</p>	<p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения; Прыжки между предметами. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке, лежачего в живот. Подвижная игра «Караси и щука» - упражнять в</p>	<p>«Речевоеразвитие» «Социально-коммуникативное» «Художественно-эстетическоеразвитие»</p>
------------	---	---	--	--	---

	<p>высоким подниманием бедра;</p> <p>Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.</p> <p>Игровые упражнения: «Проведим мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»</p> <p>Подвижная игра «Гуси-лебеди»</p>	<p>промолчи»</p> <p>- развивать выносливость и непрерывном беге; Упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер;</p> <p>Повторить игровые упражнения с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Прокати – не урони», «Кто быстрее» «Забрось кольцо»</p> <p>Подвижная игра «Совушка»</p>	<p>обручем.</p> <p>Подвижная игра «Пожарные на учении»</p> <p>- повторить бег на скорость;</p> <p>Игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловки ребята»</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка»</p> <p>Эстафета с мячом.</p>	<p>ходьбе и беге с изменением темпа движения;</p> <p>Игровые упражнения с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Мяч водящему», Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад)</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на земле»</p>	
--	---	--	--	---	--

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА 6-7 ЛЕТ

Ме-сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды образовательных областей
1	2	3	4	5	6
Сентябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с соблюдением дистанции, сохраняет правильную осанку во время выполнения физических упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе по повышенной точке опоры; занимается правильной п.п. при прыжках мягко приземляется на полусогнутые ноги.</p>				
	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<p>«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>
	<p>Упражнять в беге колонной по 1, в умении переходить с беган на ходьбу; В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Подвижная игра «Ловишки» - упражнять в равномерном беге и беге с ускорением;</p>	<p>Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции, Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, Повторить упражнения с мячом и лентой под шнур, не задевая его. Подвижная игра «Ловишка» Малоподвижная игра «Летает – не летает!» - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обруча</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, Повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. - упражнять в чередовании ходьбы и бега, Развивать быстроту и точность движения при</p>	<p>Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; В ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. 12* - повторить ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках с мячом. Игровые упражнения: «Прыжки по кругу»,</p>	

<p>Знакомить с прокатыванием обручей, Повторить прыжки на 2-х ногах с</p>	<p>чей друг другу</p>	<p>передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.</p>		
---	-----------------------	---	--	--

	продвижением вперед Игровые упражнения: «Ловкиеребята», «Пингвины», «Догонисвоюпару» Подвижнаяигра «Вершкиикорешки»	Игровыеупражнения: «Быстровстаньк олонну!» «Прокатиобруч» Подвижнаяигра «Совушка» Малоподвижнаяигра «Великаныигномы»	Игровыеупражнения: «Быстропередай», «Пройди-незадень» Подвижнаяигра «Совушка» Малоподвижнаяигра «Летает – нелетает»	«Проведимяч», «Круговаялапта» Игра «Фигуры» Татарские народные игры «Аксактольке», «Аю Буре»	
--	---	---	---	---	--

Октябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): в ы п о л н я е т х о д ь б у и б е г м е ж д у п р е д м е т а м и, с п р е о д о л е н и е м п р е п я т с т в и й; в ы п о л н я е т п р ы ж к и, п р и з е м л я я с ь н а п о л у с о г н у т ы е н о г и; в ы п o л н я е т в е д е н и е м я ч а в п р я м о м н а п р а в л e н и и, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.				
	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	Физическое развитие» «Речевоеразвитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие» «Художественно-эстетическое развитие»
	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Перелет птиц» - упражнять в беге с преодолением препятствий;	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; Развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Эхо» - повторить бег в среднем темпе до 1,5	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, Повторить упражнение введении мяча в ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подвижная игра «Удочка» малоподвижная игра	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения, Упражнять в беге в рассыпную, в ползании начетвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Подвижная игра «Удочка» - повторить ходьбу	

		«Летает – нелетает»		
--	--	---------------------	--	--

	<p>развивать ловкость в упражнениях с мячом, Повторить задания прыжками. Игровые упражнения: «Перебрось – поймай» «Не попадись» «Фигуры»</p>	<p>мин; развивать точность броска, Упражнять в прыжках. Игровые упражнения: «Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень» Подвижная игра «Совушка»</p>	<p>- закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. Игровые упражнения: : «Успей выбежать», «Мяч водящему» Подвижная игра «не попадись»</p>	<p>с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; Упражнять в прыжках переброске мяча. Игровые упражнения «Лягушки», «Не попадись» Подвижная игра «Ловишки сленочками» Игра «Эхо»</p>	
--	--	---	--	--	--

Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятия 31–33	Занятие 34–36	Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие» «Художественно-эстетическое развитие»
<p>Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (или толстой мушнуре); В энергичном отталкивании в прыжках через шнур; Повторить эстафету с мячом. Эстафета «Мяч водящему»,</p>	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, Прыжках через короткую скакалку, Бросании мяча друг другу, Ползании по гимнастической скамейке начетвереньках. Подвижная игра «Фигуры» закрепляют навык ходьбы</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед, Упражнять в лазанье по дуге, в равновесии. Подвижная игра «Перелетптиц» Малоподвижная игра «Летает – не летает» упражнять в ходьбе с изменением темпа</p>	<p>Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость, Разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой, повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Подвижная игра «Фигуры»</p>	

	бегас	движения, с высокимподнимание мколен,	<i>повторить</i> ходьбу и бег сизменениемнаправления движения,	
--	-------	---	--	--

	<p>Подвижная игра «Догони свою пару» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок»</p> <p>-закреплять навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения мячом и прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Мячостенку», «Будь ловким»</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Затейники»</p>	<p>преодолением препятствий, Ходьбе с остановкой по сигналу,</p> <p>Повторить игровые упражнения с мячом и прыжках.</p> <p>Игровые упражнения: «Передача мяча по кругу», «Не задень»</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p> <p>Игра «Затейники»</p>	<p>Повторить игровые упражнения мячом и бегом.</p> <p>Игровые упражнения: «Переброска мячей», Подвижная игра «Поместам»</p>	<p>Упражнять в поворотах с прыжком на месте, Повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы, упражнять в выполнении заданий с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Передай мяч», «С кочки на кочку»</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса»</p> <p>Малоподвижная игра по выбору детей.</p>	
--	---	---	--	--	--

Декабрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т с о б л ю д а т ь з а д а н н ы й т е м п х о д ь б е; п р и д у м ы в а е т в а р и а н т ы и г р; п р о г о в а р и в а е т н а з в а н и е ф и з и ч е с к и х у п р а ж н е н и й, з н а е т и х в л и я н и е н а o p г a n и з m, o ц e н и в а e т к а ч e c t в o u п р a ж н e н и й в ы п o л н e н и я д р у г и м и д e т ь м и, к a k c a m в ы п o л н я e т; у м e e т р e ш a т ь c п o р н ы e в o п р o c y в п p o c e c c e д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c t и, п p o я в л я e т в з a и м o в ы p y ч k y.</p>				
	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное»
	Упражнять в ходьбе	Упражнять в ходьбе с изменением темпа	Повторить ходьбу с изменением темпа движения	Повторить ходьбу и бег по кругу	

<p>различными положениями рук, в беге враспынную;</p> <p>В сохранении устойчивой чирокравно весияприходьбе усложненной ситуации.</p> <p>Развивать ловкость в упражнениях мячом.</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса»</p> <p>- повторить ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, Упражнять в продолжительном беге до 1, 5 мин, Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Паснаходу», Подвижная игра</p>	<p>движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно, Повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Салки с ленточкой» Малоподвижная игра «Эхо» - упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровые упражнения в равновесии, в прыжках, в внимание. Игровые упражнения: «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой»- игровое упражнение</p>	<p>ускорением и замедлением, Упражнять в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, Упражнять в ползании на животе, в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» - упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, Повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, в равновесии.</p> <p>Игровые упражнения: «Паснаходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» Подвижная игра «Лягушки и цапля» Малоподвижная игра новыборудетей.</p>	<p>поворотом в другую сторону, Упражнять в ползании по скамейке «по – медвежьему», Повторить упражнения в прыжках в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра «Эхо» - упражнять в ходьбе между предметами, Разучить игровое задание «Точный пас», Развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Игровые задания «Точный пас», «Кто дальше бросит», «Подорожка на одной ножке» Подвижная игра «Два Мороза»</p>	<p>«Познавательное развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>
--	--	---	---	--

	«Совушка»				
--	-----------	--	--	--	--

Январь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): с о х р а н я е т п р а в и л ь н у ю о с а н к у в р а з л и ч н ы х в и д а х д е я т е л ь н о с т и, п р о я в л я е т и н т е р е с к ф и з и к у л ь т у р е, п р о г о в а р и в а е т н а з в а н и е ф и з и ч е с к и х у п р а ж н е н и й и з н а е т и х в л и я н и е н а o р г а н и з м .				
	Занятия13–15	Занятия16–18	Занятие19–21	Занятие22–24	Физическое развитие» «Речевоеразвитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие»
	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную по сигналу воспитателя, Упражнения в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.</p> <p>Подвижная игра «День и ночь»</p> <p>Малоподвижная игра повыбору детей. - упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьба и бег в рассыпную, Повторить игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза»</p> <p>Игровые упражнения: «Кто быстрее?», «Подорожка на одной ножке», Подвижная игра «Два Мороза».</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук, Упражнять в прыжках в длину с места, Развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. Подвижная игра «Совушка» - провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнение с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов в даль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, Повторить лазанье под шнур. Подвижная игра «Удочка» - упражнять в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. Подвижная игра «Два Мороза».</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, Упражнять в ползании на четвереньках, Повторить упражнения на равновесие и в прыжках. Подвижная игра «Пауки мухи» Малоподвижная игра повыбору детей. - повторить ходьбу между предметами, разучить игру «Поместам!»</p> <p>Игровые упражнения: «Подорожка на одной ножке» «Поместам», «Поезд»</p>	

	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч на парнику, пролезает в обруч правым\левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремится к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения.</p>				
	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятия 31–33	Занятия 34–36	Физическое развитие»
Февраль	<p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площадке опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, Повторить упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Подвижная игра «Ключи» - упражнять в ходьбе и беге с выполнением</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений и для рук, Разучить прыжки с подскоком, Упражнять в переброске мяча, повторить лезанье в обруч.</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой.</p> <p>Подвижная игра «Фигуры», «Затейники»</p>	<p>Повторить ходьбу сменной темпа движения, Упражнять в попеременно подпрыгивании на правой и левой ноге, В метании предметов, лезанье на гимнастическую стенку, Повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площадке опоры с выполнением дополнительного задания. Подвижная игра «Непопадись» - упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой.</p> <p>Подвижная игра «Карусель».</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, Повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p>Подвижная игра «Жмурки» - упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения сметанием предметов прыжками.</p> <p>Игровые упражнения:</p>	<p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>

	заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровое упражнение в виде игры с мячом и шайбой, игровое задание с прыжками.			«непопадись», Подвижные игры «Белые медведи», «Карусель» Мало подвижная игра «Затейники»	
--	---	--	--	---	--

Март	Планируемые результаты по уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей):				
	<p>Занятия 1–3</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в соотношении равновесия при ходьбе по повышенной опоре лошади опоры с дополнительными заданиями, Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Подвижная игра «Ключи»</p>	<p>Занятия 4–6</p> <p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге в рассыпную, Повторить упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом. Подвижная игра «Затейники» Мало подвижная игра выбор детей. - упражнять в беге и прыжках, Развивать ловкость в заданиях с мячом. Игра с бегом «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с</p>	<p>Занятие 7–9</p> <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий, Упражнять в метании предметов в горизонтальную цель, Повторить упражнения в ползании и сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Подвижная игра «Волк в рву» Мало подвижная игра. - упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения</p>	<p>Занятие 10–12</p> <p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки. Подвижная игра «Совушка», Мало подвижная игра выбор детей. - повторить упражнения с бегом, прыжками и мячом.</p>	<p>Физическое развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>

			спрыжками и мячом.	Игровые упражнения: «Салки-перебежки»,	
--	--	--	--------------------	--	--

	<p>-повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания прыжками и мячом.</p> <p>Игровые упражнения:</p> <p>«Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мячостенку»Игра</p> <p>«Совушка»Малоподвижная игра.</p>	<p>мячом.</p> <p>Игра «Тихо–громко»</p>	<p>Игровые упражнения:</p> <p>«Кто скорее до мяча», «Пасногой», «Ловкие зайчата»</p> <p>Подвижная игра</p> <p>«Горелки»</p> <p>Малоподвижная игра</p> <p>«Эхо»</p>	<p>«Передача мяча в колонне», «Удочка» «Горелки».</p>	
Апрель	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживается своими товарищами, действует в команде.</p>				
	Занятия 13–15	Занятие 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<p>Физическое развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Социально-коммуникативное»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>
	<p>Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге,</p> <p>Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом.</p> <p>Подвижная игра</p> <p>«Хитрая лиса»</p> <p>- повторить</p>	<p>Повторить упражнения в ходьбе и беге,</p> <p>Упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p>Подвижная игра</p> <p>«Мышеловка»</p> <p>- повторить игровое задание с ходьбой и бегом,</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2), в метании мешочков в дальность, в ползании, в равновесии.</p> <p>Подвижная игра</p> <p>«Затейники»</p> <p>- повторить бег на скорость,</p> <p>Упражнять в заданиях</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий,</p> <p>Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>«По местам»</p> <p>Подвижная игра</p> <p>«Салки с ленточкой»</p> <p>- повторить</p>	

	гровоеупраж ненияс	Игровыеупражненияс	спрыжками,вравновесии.	игровоеупражненияс	
--	-----------------------	--------------------	------------------------	--------------------	--

	<p>бегом, Игровые задания с мячом, прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Быстров шеренгу», «Перешагни – незадень», «С кочки на кочку»</p> <p>Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Великаны игномы».</p>	<p>прыжками и мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Пасной», «Пингвины»</p> <p>Подвижная игра «Горелки»</p>	<p>Игровые упражнения: «Перебежки», «Пройди – незадень», «Кто дальше прыгнет», «Пасной», «Поймай мяч»</p> <p>Малоподвижная игра «Тихо – громко»</p>	<p>ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Передача мяча в колонне», Подвижная игра «Лягушки в болоте» (прыжками)</p> <p>Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Великаны игномы»</p>	
--	--	--	---	--	--

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей):следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняетходьбубегвколоннепо 1, перестраивается посигналувкруг,вколонны по 2,по 3,по 4.</p>					
	Занятия25–27	Занятия28–30	Занятие31–33	Занятие34–36	<p>«Физическое развитие» «Речевое развитие» «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>
<p>Май</p>	<p>Повторить упражнения в ходьбеибеге, Вравновесииприходьбепоповышеннойопоре, В прыжках с продвижениемвпереднаодной ноге, в бросаниимячаостенку. Подвижнаяигра«Совушка», Малоподвижнаяигра «Великаныигномы» - упражнять впродолжительном беге, развиваявыносливость; развиватьточностьдвиженийпри переброскемячадругдругувдвижении, Упражнять в прыжках черезкороткую скакалку, повторитьупражнениявравновесииис дополнительнымзаданием. Игровыеупражнения: «Паснаходу», «Брось – поймай»,Прыжкичерезкороткуюскакалку. Играпо выборудетей.</p>	<p>Упражнять в ходьбеи беге со сменойтемпа движения, впрыжках в длину сместа, повторитьупражнения с мячом.Подвижнаяигра «Горелки», Малоподвижнаяигра «Летает – нелетает» - упражнять в ходьбеибегесвыполнением заданий, Повторить упражнениясмячом,в прыжках. Игровыеупражнения: «Ловкиепрыгуны», «Проведимяч», «Пасдругдругу» Подвижнаяигра «Мышеловка».</p>	<p>Упражнять в ходьбеибеге в колонне по 1, покругу, Входьбеи беге в рассыпную,вметании предметовнадальность,впрыжках,вравновесии. Подвижнаяигра «Воробьиикотиска» - упражнять в ходьбеибеге междупредметами, В ходьбе и беге в рассыпную, Повторить задания смячомипрыжками. Игровыеупражнения: «Мячводящему», «Кто скорее до кегли»Индивидуальные игрысмячом. Подвижнаяигра «Горелки»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и бегес выполнением заданий посигналу,повторить упражнения в лазании нагимнастическую стенку,Упражнять в сохраненииравновесия при ходьбе поповышенной опоре, впрыжках. Подвижная игра «Охотникииутки» Малоподвижнаяигра «Летает–нелетает». - повторить игровыеупражнения с бегом иходьбой, Упражнять в заданиях смячом. Игровыеупражнения: «Поместам», «Ктобыстрее», «Пасногой», «Кто выше прыгнет»Подвижная игра «Неоставайся наземле»</p>	

