

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Чернобаевский детский сад «Березка»

ПРИНЯТО

Решением педагогического советом  
Протокол № 3 от «4» 09. 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 12 от «5» 09. 2023 г.  
Заведующий Колесникова Е.А.



**Парциальная программа  
по физическому развитию детей 3-7 лет  
«Малыши-крепыши»**

**Составила: воспитатель Колесникова Н.М**

**Село Чернобаево 2023 г**

## СОДЕРЖАНИЕ

### **I. Целевой раздел:**

Пояснительная записка включает:

1. Цель и задачи в соответствии с ФГОС ДО развития воспитанников.
2. Возрастные особенности детей возрастных групп педагога по направлению деятельности.
3. Принципы и подходы к формированию программы
4. Планируемые результаты образовательной работы и методы педагогической диагностики для отслеживания запланированных результатов и определения уровня развития.

### **II. Содержательный раздел:**

1. Задачи образовательной работы по направлению педагога с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.
4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.
5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.
6. Способы поддержки детской инициативы.
7. Взаимодействие с семьями воспитанников (план на год).
8. Взаимодействие с педагогами МБДОУ.

### **III. Организационный раздел:**

1. Условия организации образовательной деятельности с воспитанниками.
2. Комплексно – тематическое планирование.
3. Праздничный календарь
4. Перечень методических пособий.
5. Организация предметно-развивающей среды.

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно- правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ: Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г.; СанПиНом 2.4.1.304913 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации); Примерной Основной Образовательной Программы Дошкольного Образования одобренной решением федерального учебно - методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15).

Рабочая программа ориентирована на воспитанников с 3 до 7 лет.

Рабочая программа по физической культуре разработана с учетом общеобразовательной программы МБДОУ Чернобаевский детский сад «Березка» на основе: парциальной программы «Малыши - крепыши» физического развития детей 3–7 лет направленные на физическое развитие детей дошкольного возраста и формирование навыков безопасного поведения в целях сохранения здоровья. О.В. Бережнова, В.В. Бойко. Так же в программу вошла парциальная программа «Физическая культура дошкольника» Л.В. Пензулаевой.

### 1.1. Цель и задачи Программы

**Цель программы:** Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

#### **Обучающие:**

- обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения;
- формировать правильное отношение к физкультурным ОД и спортивным мероприятиям;

- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Развивающие:**

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

#### **Воспитательные:**

- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой;
- воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения.

#### **Программа направлена на:**

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей. Данная программа построена на основе подхода к проблеме развития психики ребенка.

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

1. Поддержка разнообразия детства. МБДОУ выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства, как важного этапа в общем развитии человека. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.
3. Позитивная социализация ребенка предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.
4. Личностно- развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей, законных представителей, педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.
5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.
6. Сотрудничество Организации с семьей. Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом

образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

7. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития.

8. Индивидуализация дошкольного образования предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.

9. Возрастная адекватность образования. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

10. Развивающее вариативное образование. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей. В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально- коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи.

12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы. При этом Программа оставляет за МБДОУ право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п 1.1.3. Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб

позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений. В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорнодвигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения. Проявления в психическом развитии: - хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить; - стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость; - стремится к освоению нового

(информации, игр, способов действия с различными предметами). Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставносвязочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечнофасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей. К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей. Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

### **1.3. Планируемые результаты освоения программы**

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни Общие показатели физического развития. Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни. Планируемые результаты освоения программы:
- Укрепление физического и психического здоровья детей:
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и двигательного опыта детей;
- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Планируемые результаты освоения ООП в каждой возрастной группе:

Младшая возрастная группа

- Ходит прямо, сохраняя заданное воспитателем направление
- Бегаёт, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с задачей
- Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы
- Сохраняет равновесие при беге по ограниченной плоскости (плоскость ограничена линиями на полу, не возвышенная)

- Ползает на четвереньках произвольным способом
- Лазают по лесенке произвольным способом
- Лазают по гимнастической стенке произвольным способом
- Прыгает в длину, отталкиваясь двумя ногами
- Катит мяч в заданном направлении
- Бросает мяч двумя руками от груди
- Ударяет мячом об пол 2-3 раза и ловит
- Бросает мяч вверх 2-3 раза и ловит
- Метает предметы вдаль
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры
- Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время еды
- Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время умывания
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

#### Средняя возрастная группа

- Проявляет интерес к подвижным играм, физическим упражнениям
- Метает предметы разными способами
- Отбивает мяч об землю двумя руками
- Отбивает мяч об землю одной рукой
- Уверенно бросает и ловит мяч
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу
- Ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону
- Выполняет упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений
- Следит за правильной осанкой под руководством воспитателя
- Моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле, чихании

- Правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полощет рот после еды
- Обращается за помощью к взрослому при плохом самочувствии, травме

#### Старшая возрастная группа

- Владеет основными движениями в соответствии с возрастом
- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях
- Проявляет желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах
- Ходит и бежит легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
- Лазает по гимнастической стенке с изменением темпа
- Запрыгивает на предмет (высота 20 см)
- Прыгает в обозначенное место с высоты 30 см
- Прыгает в длину с места (не менее 80 см)
- Прыгает в длину с разбега (не менее 100 см)
- Прыгает в высоту с разбега (не менее 40 см)
- Прыгает через короткую и длинную скакалку
- Бег 30 м, (мин. и сек.)
- Бег 90 м (мин. и сек.)
- Подъём в сед за 30 сек
- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетает замах с броском
- Бросает мяч вверх, о землю и ловит его одной рукой
- Отбивает мяч на месте не менее 10 раз
- Ведет мяч на расстояние не менее 6 м
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие

- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге
- Выполняет повороты направо, налево, кругом
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.
- Следит за правильной осанкой
- Умеет быстро, аккуратно, в правильной последовательности одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу
- Владеет элементарными навыками личной гигиены
- Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослого)
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье
- Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ложкой
- Понимает значение для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня

#### Подготовительная к школе возрастная группа

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции
- Участвует в играх с элементами спорта
- Выполняет прыжок на мягкое покрытие с высоты до 40 см
- Прыгает в длину с места не менее 100 см
- Прыгает в длину с разбега до 180 см
- Прыгает в высоту с разбега в высоту не менее 50 см
- Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами
- Бег 30 м, (мин. и сек.)
- Бег 90 м (мин. и сек.)

- Подъём в сед за 30 сек
- Бросает набивной мяч (1кг) вдаль
- Бросает предметы в цель из разных положений
- Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м
- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м
- Метает предметы в движущуюся цель
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время движения
- Может следить за правильной осанкой
- Применяет навыки личной гигиены (выполняет осознанно и самостоятельно)
- Применяет культурно-гигиенические навыки (может следить за своим внешним видом и т.д.)
- Сформированы представления о здоровом образе жизни

Ссылки на оценочные материалы

В соответствии с пунктом 3.2.3, а также комментарием МИНОБРНАУКИ России к ФГОС ДО в рамках реализации данной Программы педагоги обязаны анализировать индивидуальное развитие воспитанников в форме педагогической диагностики для:

- - индивидуализации образования, которая предполагает поддержку ребенка, построение его индивидуальной траектории, а также включающая при необходимости коррекцию развития воспитанников в условиях

профессиональной компетенции педагогов; □ - оптимизация работы с группой детей.

Инструментарий для проведения педагогической диагностики (методики, технологии, способы сбора и хранения аналитических данных и т.п.) определен педагогическим советом.

Педагог имеет право по собственному выбору использовать имеющиеся в программе «Истоки» методики педагогической диагностики в группе детей Организации и проводить ее самостоятельно. Данные, полученные в

результате такой оценки, также являются профессиональными материалами самого педагога и не подлежат проверке в процессе контроля и надзора.

Педагогическая диагностика проводится в виде мониторинга, что предполагает непрерывный процесс наблюдения, а также учёта критериев и показателей, а фиксация данных проводится на начало и конец учебного года.

Основной формой педагогической диагностики является наблюдение. Причем важно осуществлять наблюдение при:

- организованной деятельности в режимные моменты;
- самостоятельной деятельности воспитанников;
- свободной продуктивной, двигательной или спонтанной игровой деятельности воспитанников;
- непосредственно образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика не предполагает специально созданных для её проведения мероприятий, которые могут привести к нарушению режима и переутомлению детей. Также педагогическая диагностика не предполагает жестких временных рамок, т.к. это противоречит сути мониторинга, возрастным особенностям воспитанников, а также содержания ФГОС ДО.

Специальными условиями проведения педагогической диагностики являются:

- выбор методик и педагогических технологий, знакомство педагогов с их содержанием;
- разработка инструментария для фиксации, анализа и хранения полученных в ходе мониторинга результатов, определяющих индивидуальное развитие ребенка, его динамику по мере реализации Программы,
- подбор дидактических материалов для проведения педагогической диагностики.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных

представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **2.1. Задачи образовательной работы по направлению педагога с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.**

#### **ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (дети четвертого года жизни)**

Программные задачи в соответствии с видами образовательной деятельности

Формирование правильной осанки, гармоничного телосложения; развитие мелкой моторики; Обогащение двигательного опыта разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр.

Содействие правильному выполнению движений в соответствии с образцом взрослого (правильное положение тела, заданное направление); содействие развитию произвольности выполнения двигательных действий;

Формирование умения выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие.

#### **Приобщение детей к отдельным элементам спорта.**

##### **Формирование начал полезных привычек.**

#### **Содержание и организация образовательной деятельности**

##### **1.Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей.**

Здоровье человека, и тем более ребенка, во много определяется его эмоционально-психическим состоянием, которое, в первую очередь, зависит от системы взаимоотношений с ближайшим социумом: родителями, педагогами, сверстниками. Самое важное для эмоционального здоровья ребенка — его отношения с семьей, ощущение им родительской любви и безусловного его принятия близкими людьми. Для детей младшего дошкольного возраста ощущение родительской любви чаще всего приобретает невербальным путем, через тактильные взаимодействия (объятия, поглаживания, поцелуи и др.). Сегодня детско-родительские отношения требуют коррекции, поскольку современные родители, как правило, не осознают значимости любви к ребенку как основного условия его психофизического здоровья. Следовательно, в системе

оздоровительной работы первостепенной задачей является коррекция эмоциональных взаимоотношений между родителями и детьми. Вторым по значимости условием, обеспечивающим психофизическое здоровье ребенка, является искреннее доброжелательное отношение к детям со стороны педагогов, воспитателей — в первую очередь, а также доброжелательные контакты детей друг с другом. Принятие ребенка другими сверстниками, установление с ними дружеских взаимоотношений также в значительной степени влияет на эмоциональное состояние ребенка и, таким образом, сказывается на его психофизическом здоровье. Для педагогов детского сада коррекция детско-родительских взаимоотношений и взаимодействий детей друг с другом является приоритетной задачей, вне решения которой другие средства оздоровления детей будут малоэффективны. Поскольку создание комфортного микроклимата в группе детского сада является первоочередной задачей в системе общего оздоровления ребенка, в детском саду необходимо: — создать атмосферу принятия, искренности и тепла по отношению к каждому воспитаннику, что зависит от стиля общения педагога с детьми;

— организовать жизнедеятельность детей на основе общих, привлекательных для каждого ребенка традиций: утренние встречи, ритуал укладывания на дневной сон, теплое прощание, празднование дней рождения детей и др.;

— организовать работу с родителями, способствующую их эмоциональному сближению с детьми на основе совместной двигательной деятельности (совместные подвижные игры, физкультурные занятия и развлечения и др.). Третьим важным условием сохранения и укрепления здоровья детей является осознание педагогами, что их психическое и физическое состояние напрямую влияет на здоровье воспитанников. Реализация этих условий требует нового осмысления организации оздоровительной работы в детском саду, создания системы психологической помощи и профессиональной поддержки специалистам, работающим с детьми и их родителями. 2. Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ.

Парциальная программа «Малыши-крепыши» физического развития детей 3–7 лет направленные на физическое развитие детей дошкольного возраста и формирование навыков безопасного поведения в целях сохранения здоровья. О.В. Бережнова, В.В. Бойко

Педагог приобщает детей к ЗОЖ, стимулирует интерес каждого ребенка к своему внешнему облику и внутреннему миру. Продолжает знакомить детей с внешним строением тела человека (голова, шея, туловище, руки, ноги); дает представление об их роли в жизни человека. Дети начинают изучать свои физические возможности.

Педагог дает детям элементарные представления о ценности здоровья и ЗОЖ: о пользе физических упражнений, утренней зарядки, закалывающих процедур. На четвертом году жизни у детей закладываются основы бережного отношения к своему здоровью и здоровью других людей. Взрослые (педагоги и родители) широко используют режимные моменты, прогулки, занятия физической культурой для формирования у детей начальных представлений о своем теле, здоровье, физических возможностях; содействуют переходу от «азбуки движений» к освоению их различных способов. Личный пример воспитателя, его отношение к физической культуре формируют у детей необходимые привычки и навыки, которые составляют основу ЗОЖ. 3. Приобщение детей к физической культуре.

Парциальная программа «Малыши-крепыши» физического развития детей 3–7 лет направленные на физическое развитие детей дошкольного возраста и формирование навыков безопасного поведения в целях сохранения здоровья. О.В. Бережнова, В.В. Бойко.

Образовательная деятельность по приобщению детей к физической культуре во второй младшей группе организуется в различных формах в течение дня. Зимой проводятся игры и упражнения по обучению детей катанию на санках. НОД по физическому развитию детей проводится в форме занятий не менее трех раз в неделю, длительность одного составляет не более 15 мин. Занятия проводятся в физкультурном зале и на свежем воздухе в игровой форме.

**Диапазон движений (упражнений), который может освоить ребенок 3–4 лет**

<b>Вид движения</b>	<b>Упражнения</b>
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), враспынную; — 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, по лестнице, положенной на пол; — ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см); — медленное кружение в обе стороны.

Бег	<p>— 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, врассыпную; — бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).</p>
Катание, бросание, метание, ловля мяча	<p>— катание мяча друг другу между предметами, в воротца (ширина 50–60 см); — метание на дальность правой и левой руками (2–2,5 м); — метание в горизонтальную цель снизу двумя руками, правой и левой руками (расстояние 1,5 м); — метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой руками.</p> <p>— ловля мяча, брошенного педагогом (расстояние 70–100 см); — бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его (2–3 раза подряд).</p>
Лазание, ползание	<p>— 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; — лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).</p>
Прыжки	<p>— прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из круга в круг, вокруг предметов, между ними; — прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше</p>
	<p>поднятой руки ребенка; — прыжки через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); — прыжки через предметы (высота 5 см); — прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); — прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см.</p>

Построения и перестроения	— построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; — перестроение в колонну по два, врассыпную; — размыкание и смыкание обычным шагом; — повороты на месте направо, налево переступанием.
Ритмическая гимнастика	— выполнение ОРУ под музыку.
Спортивные упражнения	— катание на санках друг друга, с невысокой горки.
Подвижные игры	С бегом: «Птичка и птенчики», «Найди свой цвет», «Найди свой домик», «Мыши и кот», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Беги к флажку». С прыжками: «С кочки на кочку», «По ровной дорожке», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «Утята», «Кто дольше». С лазанием: «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята», «Кролики», «Птицы и дождь», «Не задень колокольчик». С мячом: «Сбей кеглю», «Прокати мяч с горки», «Лови, бросай, упасть не давай», «Кто дальше бросит». На ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит», «Кто хлопнул», «Найди, что спрятано», «Найди свое место».

### **СРЕДНЯЯ ГРУППА (дети пятого года жизни)**

#### **Программные задачи в соответствии с видами образовательной деятельности**

Формирование умений правильно выполнять основные движения. Развитие элементов произвольности во время выполнения двигательных заданий.

Развитие координации, ориентировки в пространстве, чувства равновесия, ритмичности, глазомера.

Стимулирование естественного процесса развития физических качеств — ловкости, быстроты, силы, гибкости, выносливости.

Воспитание личностных качеств (активность, самостоятельность, инициатива).

Знакомство с некоторыми правилами охраны своего здоровья. Представление необходимости выполнения правил личной гигиены. Создание условий для выполнения всех видов движений, вызывающих у детей мышечное и эмоциональное чувство радости.

### **Содержание и организация образовательной деятельности**

#### **1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей.**

Взрослые поддерживают необходимые санитарно-гигиенические нормы в детском саду и дома; проводят различные мероприятия, способствующие укреплению иммунной системы организма ребенка. Продолжается работа по объединению воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и детского сада. Педагоги оказывают психологопедагогическую поддержку родителям в вопросах созидания и укрепления духовной, психической и физической составляющих здоровья дошкольников: подбирают литературу для самообразования, проводят беседы и консультации. Различные формы активного детско-родительского досуга постепенно должны стать естественной составляющей образовательного процесса.

#### **2. Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ.**

Обогащаются представления детей о ценности здоровья и ЗОЖ; поддерживается их стремление к самопознанию, к выполнению правил здорового сберегающего поведения, к позитивному отношению к миру, себе и другим людям. Дети продолжают знакомиться с частями тела и органами чувств человека, их значением для жизни и здоровья.

Взрослые проводят беседы о важности для здоровья гигиенических и закаливающих процедур, соблюдения режима дня, прогулок на свежем воздухе; содействуют овладению детьми знаниями о правилах ухода за зубами, о профилактике зубных болезней и простудных заболеваний. Педагоги продолжают обучать детей и их родителей различным здоровьесозидающим технологиям, в том числе по укреплению психической составляющей здоровья.

#### **3. Приобщение детей к физической культуре.**

Образовательная деятельность по приобщению детей к физической культуре в средней группе организуется в различных формах в течение дня. Зимой проводятся игры и упражнения по обучению детей ходьбе на лыжах, катанию на санках, скольжению по ледяной дорожке; в теплое время года — обучение езде на трехколесном велосипеде. В теплое время года большинство игр и

игровых упражнений рекомендуется планировать на воздухе. НОД по физическому развитию детей проводится в форме занятий по подгруппам три раза в неделю длительностью не более 20 мин. Занятия проводятся в физкультурном зале и на свежем воздухе в игровой форме. Игровой метод остается основным при организации образовательной деятельности по физическому развитию детей.

**Возможный диапазон движений (упражнений), который может освоить  
ребенок 4–5 лет**

Вид движения	Упражнения
Ходьба	<p>— ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону;</p> <p>— ходьба в колонне по одному, по двое (парами);</p> <p>— ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную; — ходьба с выполнением заданий;</p> <p>— ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего;</p> <p>— ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны);</p> <p>— ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см);</p> <p>— перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 25–30 см от пола, через набивной мяч (5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разным положением рук.</p>
Бег	<p>— бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом;</p> <p>— бег в колонне (по одному, по двое);</p> <p>— бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную;</p> <p>— бег с изменением темпа, сменой ведущего; — бег на расстояние 30 м со средней скоростью;</p> <p>— непрерывный бег в медленном темпе 1–1,5 мин;</p> <p>— челночный бег 3 раза по 10 м.; — бег на 20 м (5,5–6 сек).</p>

Катание, бросание, метание, ловля	<ul style="list-style-type: none"> <li>— прокатывание мяча, обруча друг другу, между предметами;</li> <li>— бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (расстояние 1–1,5 м);</li> </ul>
мяча	<ul style="list-style-type: none"> <li>— бросание мяча вверх, о пол и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд);</li> <li>— метание на дальность правой и левой руками (3–3,5 м);</li> <li>— метание в горизонтальную цель снизу двумя руками, правой и левой руками (расстояние 2–2,5 м); — метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) правой и левой руками (расстояние 2–2,5 м)</li> </ul>
Лазание, ползание	<ul style="list-style-type: none"> <li>— ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доскам;</li> <li>— лазание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>— ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони;</li> <li>— подлезание под веревку, дугу (высота 50 см); — пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку;</li> <li>— лазание по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).</li> </ul>
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> <li>— прыжки на месте на двух ногах (по 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 (правой и левой поочередно); — прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий (расстояние между ними 40–50 см); — прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см; — прыжки с высоты 20–25 см в длину с места (не менее 60 см); — прыжки через длинную скакалку.</li> </ul>

Построения и перестроения	— построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; — перестроение в колонну по два, три; — равнение по ориентирам; — повороты направо, налево, кругом (переступанием); — размыкание и смыкание.
Ритмическая гимнастика	— выполнение ОРУ под музыку.
Спортивные упражнения	— ходьба на лыжах ступающим шагом, выполняя повороты на месте переступанием, подъем на склон ступающим шагом, ходьба по лыжне (не более 500 м); — скатывание на санках с горки, подъем на горку, торможение при спуске с нее; — скольжение по ледяной дорожке.
Подвижные игры	С бегом: «Лохматый пес», «Найди свой цвет», «Найди себе пару», «У медведя во бору», «Лошадки», «Птички и кошка», «Цветные автомобили», «Самолеты», «Бездомный заяц», «Ловишки». С прыжками: «Воробышки и кот», «Зайка серый умывается», «Лиса в курятнике», «Зайцы и волк», спортивные упражнения «Скакалка». С лазанием: «Мыши в кладовой», «Обезьянки», «Котята и щенята», «Пастух и стадо», «Перелет птиц». С мячом: «Подбрось-поймай!», «Мяч через сетку». На ориентировку в пространстве: «Найди где спрятано», «Найди и промолчи», «Прятки». С метанием: «Сбей булаву». На координацию речи с движением: «Ягодка-малинка», «Листья», «Дождик», «Урожай». «Овощи», «Посуда», «Мячик», «Ежик и барабан», «Снежная баба», «Теленок», «Козочка», «Заяц Егорка», «Лошадка», «Хозяюшка», «Снегири», «Воробей», «Домашние птицы», «Мчится поезд», «Самолет», «Шофер», «Зима прошла», «Речка», «Аквариум», «Ласточки», «Мотылек». «На лужайке», «Веснянка», «На лужайке поутру», «На окне в горшочках».

### **СТАРШАЯ ГРУППА (дети шестого года жизни)**

#### **Программные задачи в соответствии с видами образовательной деятельности**

Формирование интереса к физической культуре, к ежедневным занятиям и подвижным играм; к некоторым спортивным событиям в стране. Содействие постепенному освоению техники движений, разнообразных способов их выполнения.

Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, сила, гибкость, общая выносливость. Воспитание положительных черт характера, нравственных и волевых качеств: активность, настойчивость, самостоятельность, смелость, честность, взаимопомощь, выдержка и организаторские навыки.

### **Формирование некоторых норм здорового образа жизни.**

#### **Содержание и организация образовательной деятельности**

##### **1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей.**

Продолжается работа по укреплению эмоциональных связей и коррекции детскородительских взаимоотношений средствами разнообразных форм совместной двигательной деятельности (физкультурные занятия и досуги, развлечения, праздники, подвижные игры и др.). Взрослые (педагоги, родители) стараются на личном примере демонстрировать преимущества ведения ЗОЖ.

##### **2. Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ.**

Обогащаются представления детей о функционировании организма человека. Расширяются представления о важности для здоровья гигиенических и закаливающих процедур, соблюдения режима дня, физических упражнений, сна, пребывания на свежем воздухе. Педагог рассказывает о факторах, разрушающих здоровье человека, раскрывает возможности здорового человека. Взрослый поощряет стремление детей использовать в играх правила здоровья сберегающего поведения; разрешать проблемные ситуации, связанные с охраной здоровья.

##### **3. Приобщение детей к физической культуре:**

Образовательная деятельность по приобщению детей к физической культуре в старшей группе организуется в различных формах в течение дня. В возрасте 5–6 лет актуальным становится формирование координационных способностей и точности движений. Последовательно применяются более сложные виды и способы ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания, удерживания равновесия. Значительное место занимают ОРУ с использованием различных атрибутов (обручи, мячи и пр.), элементы спортивных игр, спортивные упражнения: ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на двухколесном велосипеде и самокате и пр. Оптимизация режима двигательной активности старших дошкольников в детском саду

может быть достигнута за счет ежедневного проведения занятий по физическому развитию в рамках организации НОД: три занятия в неделю подгруппами проводятся в первой половине дня, из них одно занятие — в игровой форме на воздухе. В теплое время года все занятия рекомендуется планировать на воздухе. Длительность любого занятия не должна превышать 25 мин. В процессе организации занятий педагог должен обращать особое внимание на то, чтобы дети оказывали помощь и поддержку друг другу. Игровой метод остается основным при организации занятий по физическому развитию. Показ и объяснение педагога играют при этом значительную роль. Постепенно расширяется сфера применения словесных заданий, указаний, кратких объяснений и сравнений в ходе организации различных форм образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников.

**Диапазон движений (упражнений), который может освоить ребенок 5–6 лет**

Вид движения	Упражнения
Ходьба	<p>— 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, с поворотом на углах зала, с выполнением различных заданий;</p> <p>— ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке, по наклонной доске, прямо и боком, на носках;</p> <p>— ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через</p>
	<p>предметы (гимнастические мячи), приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове;</p> <p>— ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом);</p> <p>— кружение парами, держась за руки.</p>

Бег	<ul style="list-style-type: none"> <li>— бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом;</li> <li>— бег в колонне (по одному, по двое);</li> <li>— бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную;</li> <li>— бег с изменением темпа, сменой ведущего; — бег на расстояние 30 м (за 7,5–8,5 сек);</li> <li>— непрерывный бег в медленном темпе 1,5– 2 мин;</li> <li>— челночный бег 3 раза по 10 м;</li> <li>— бег на 20 м (5–5,5 сек);</li> <li>— бег парами, держась за руки;</li> <li>— бег по наклонной доске вверх и вниз.</li> </ul>
Бросание, метание, мяча	<ul style="list-style-type: none"> <li>ловля — бросание мяча друг другу снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола и ловля его (расстояние 2–2,5 м);</li> <li>— бросание мяча вверх, о пол и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд);</li> <li>— бросание мяча вверх и ловля его после хлопков; — отбивание мяча об пол на месте и с продвижением вперед (на расстояние 5–6 метров);</li> <li>— бросание набивного мяча (вес 1 кг) из-за головы на дальность (2–3 м);</li> <li>— метание на дальность правой и левой руками (4–7 м);</li> <li>— метание в горизонтальную цель снизу двумя руками, правой и левой руками (расстояние 3–4 м);</li> <li>— метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м) правой и левой руками (расстояние 3–4 м).</li> </ul>
Лазание, ползание	<ul style="list-style-type: none"> <li>— ползание на четвереньках змейкой (расстояние 10 м), между предметами, по горизонтальной и наклонной доскам;</li> <li>— лазание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь</li> </ul>

	<p>руками;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони;</li> <li>— подлезание под веревку, дугу разными способами (высота 50 см); — пролезание в обруч разными способами (прямо, боком, спиной, без касания руками пола);</li> <li>— перелезание через бревно, гимнастическую скамейку;</li> <li>— лазание по гимнастической стенке (высота 2–2,5 м с перелезанием с одного пролета на другой, вправо и влево).</li> </ul>
Прыжки	<ul style="list-style-type: none"> <li>— прыжки на месте на двух ногах (30–40 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м), с поворотом кругом; — прыжки: ноги скрещены</li> <li>— ноги врозь, одна нога вперед</li> <li>— другая назад, на одной ноге (правой и левой поочередно);</li> <li>— прыжки в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов, поочередно через каждый (высота 15–20 см);</li> <li>— прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см. — прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий (расстояние между ними 40–50 см);</li> <li>— прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см;</li> <li>— прыжки с высоты 30 см в обозначенное место; — прыжки в длину с места (не менее 70 см);</li> <li>— прыжки в длину с разбега (от 90 см); — прыжки в высоту с разбега (высота 30–40 см); — прыжки с короткой скакалкой;</li> <li>— пробегание и прыжки через длинную скакалку</li> </ul>
Построения перестроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>и — построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг;</li> <li>— перестроение в колонну по два, три;</li> <li>— равнение в колонне по одному в затылок, в шеренге по линии; — повороты направо, налево, кругом (переступанием);</li> <li>— размыкание и смыкание.</li> </ul>

Ритмическая гимнастика	— выполнение ОРУ под музыку; — согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.
Спортивные игры	— элементы: городков, баскетбола, бадминтона, футбола, хоккея.
Спортивные упражнения	— ходьба на лыжах скользящим шагом, выполнение поворотов на месте и в движении, подъем на горку лесенкой и спуск с нее, ходьба по лыжне в медленном темпе (1–2 км); — катание на санках друг друга по кругу, скатывание вдвоем с горки, перепрыгивание санок; — скольжение по ледяной дорожке с разбега, приседая во время скольжения.
Подвижные игры	С бегом: «У медведя во бору», «Самолеты», «Ловишки», «Веселые ребята», «Караси и щука», «Сделай фигуру», «Гуси-лебеди», «Карусель», «С кочки на кочку». С прыжками: «Зайцы и волк», «Удочка». С лазанием: «Пожарные на учении», «Медведь и пчелы», «Пастух и стадо». С мячом: «Мяч через сетку», «Школа мяча», «Мяч водящему». На метание: «Охотники и зайцы», «Перебежки». На ориентировку в пространстве: «Найди где спрятано», «Найди и промолчи», «Прятки». На координацию речи с движением: «Грядка», «Яблоня», «По ягоды», «Клен», «Помощники», «Как мы поили телят», «Маленький кролик», «Снеговик», «Самолет», «Теплоход», «Машины», «Чайник», «Летчик», «Маляры», «Кровельщик», «Мячик мой», «Гусеница», «Ракета», «Золотая рожь».

## **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА (дети седьмого года жизни)**

### **Программные задачи в соответствии с видами образовательной деятельности**

**Совершенствование техники выполнения движений;**

Формирование осознанного использования приобретенных двигательных навыков в различных условиях.

Продолжение целенаправленного развития физических качеств. Побуждение детей к проявлению морально-волевых качеств: настойчивости в преодолении трудностей при достижении цели, взаимопомощи, сотрудничества, ответственности, способствует развитию у детей произвольности.

Развитие самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.

Поддержка стремления детей к улучшению результатов выполнения физических упражнений.

### **Содержание и организация образовательной деятельности**

#### **1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей.**

Педагоги вместе с родителями продолжают воспитательно-оздоровительную работу; участвуют в совместном активном досуге (походах, праздниках, развлечениях, досугах, подвижных играх и пр.); содействуют становлению физической и психологической готовности детей к школе; заботятся о развитии у детей ценностей созидателей.

#### **2. Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ.**

Дети продолжают знакомиться с особенностями строения и функционирования организма человека, устанавливают зависимость деятельности различных органов и частей тела (сердце, мышцы и пр.) от физических нагрузок. Расширяются представления детей о значении двигательной активности, соблюдении режима дня, правилах и видах закаливания, о пользе сна и активного отдыха, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека. Расширяются представления о правилах и видах закаливания. Взрослые обращают внимание детей на необходимость заботливого и внимательного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 3. Приобщение детей к физической культуре.

Образовательная деятельность по приобщению детей к физической культуре в подготовительной к школе группе организуется в различных формах в течение дня (таблицы 8, 9). Выполнение комплексов физических упражнений носит более сложный характер, вносятся новые элементы спортивных игр. В процессе организации двигательной деятельности педагог использует методы страховки и учит детей оказывать помощь и поддержку друг другу. Подвижные игры, приобретая более целенаправленный характер, включают сложные двигательные задания, направленные на развитие двигательного творчества детей. В теплое время года все занятия рекомендуется планировать на воздухе. Длительность занятия не должна превышать 30 мин. Игровой

метод продолжает применяться при организации занятий по физическому развитию. Расширяется сфера использования словесных заданий, указаний, кратких объяснений и сравнений.

**Диапазон движений (упражнений), который может освоить ребенок 6–7 лет**

<b>Вид движения</b>	<b>Упражнения</b>
Ходьба	— ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных

	<p>сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево, в полуприседе; — ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге; — ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой, с поворотами, змейкой, врассыпную;</p> <p>— ходьба в сочетании с другими видами движений; — ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке, по наклонной доске прямо и боком, на носках, приставным шагом;</p> <p>— ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через предметы (гимнастические мячи), приседанием и поворотом кругом на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове, подниманием прямой ноги и делая под ней хлопок;</p> <p>— ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом); — кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).</p>
--	---

Бег	<p>— бег обычный, на носках с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>— бег в колонне (по одному, по двое);</p> <p>— бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную, с различными заданиями, с преодолением препятствий; - бег со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками;</p> <p>— бег с изменением темпа, сменой ведущего;</p> <p>— бег на расстояние 30 м (за 6,5–7,5 сек);</p> <p>— непрерывный бег в медленном темпе 2–3 мин;</p> <p>— челночный бег 3–5 раз по 10 м.;</p> <p>— бег парами, держась за руки;</p> <p>— бег по наклонной доске вверх и вниз.</p>
Бросание, метание, ловля мяча	<p>— бросание мяча друг другу снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола и ловля его (расстояние 3–4 м), из положения сидя, через веревку (сетку) 1,5 м;</p>

	<p>— бросание мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками (не менее 20 раз подряд);</p> <p>— бросание мяча вверх и ловля его после хлопков, поворотов;</p> <p>— отбивание мяча об пол на месте и с продвижением вперед (на расстояние до 10 м);</p> <p>— перебрасывание набивного мяча (вес 1 кг) в парах, метание из-за головы на дальность (3–4 м);</p> <p>— метание на дальность правой и левой руками (6–10 м); — метание в горизонтальную цель снизу двумя руками, правой и левой руками (расстояние 3–6 м);</p> <p>— метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м) правой и левой руками (расстояние 3–6 м) из разных положений: стоя, стоя на колене, сидя.</p>
--	---

Лазание, ползание	<p>— ползание на четвереньках по горизонтальной и наклонной доскам;</p> <p>— лазание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</p> <p>— подлезание под веревку, дугу разными способами (высота 50 см); — пролезание в обруч разными способами (прямо, боком, спиной, без касания руками пола);</p> <p>— перелезание через бревно, гимнастическую скамейку; лазание по гимнастической стенке (высота 2–2,5 м) с использованием одноименного и разноименного движений рук и ног, с перелезанием с одного пролета на другой, вправо и влево, по диагонали.</p>
Прыжки	<p>— прыжки на месте на двух ногах (30–40 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м), с поворотом на 180 градусов, с зажатым между ног мячом;</p> <p>— прыжки: ноги скрещены — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад, на одной ноге (правой и левой поочередно);</p> <p>— прыжки в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов, поочередно через каждый (высота 15–20 см);</p> <p>— прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие высотой до 40 см;</p> <p>— прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий (расстояние между ними 40–50 см) на одной ноге, вправо, влево, на месте и с продвижением;</p>
	<p>— прыжки с высоты 40 см в обозначенное место;</p> <p>— прыжки в длину с места (не менее 100 см);</p> <p>— прыжки в длину с разбега (от 140 см);</p> <p>— прыжки в высоту с разбега (высота 30–40 см);</p> <p>— прыжки с короткой скакалкой разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу и т.д.);</p> <p>— пробегание и прыжки через длинную скакалку по одному, парами;</p>

	<p>— прыжки на двух ногах с продвижением вперед по гимнастической скамейке и наклонной доске.</p>
<p>Построения и перестроения</p>	<p>— построение самостоятельно в колонну по одному, в шеренгу, в круг;</p> <p>— перестроение в колонну по два, три, по четыре на ходу, из одного круга в два;</p> <p>— расчет на «первый-второй», перестроение из одной шеренги в две;</p> <p>— равнение в колонне по одному в затылок, в шеренге по линии;</p> <p>— повороты направо, налево, кругом (переступанием); — размыкание и смыкание приставным шагом.</p>
<p>Ритмическая гимнастика</p>	<p>— выполнение ОРУ под музыку;</p> <p>— согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p>
<p>Спортивные игры</p>	<p>— элементы: городков, баскетбола, бадминтона, футбола, хоккея, настольного тенниса.</p>

<p>Спортивные упражнения</p>	<p>— ходьба на лыжах ступающим шагом по прямой без палок, скользящим шагом с движением рук, со сложенными за спиной руками, попеременный двухшажный ход, ходьба по лыжне в медленном темпе (1–2 км), поворот переступанием на месте и в движении, подъем на склонах «елочкой» и «лесенкой», спуск с горки в низкой и высокой стойке, торможение «плугом»;</p> <p>— катание на санках, толкая санки сзади, объезжая обозначенный ориентир и возвращаясь назад, катание друг друга, спуск с горы, доставая рукой подвешенный предмет (колокольчик, ленту), управляя санками с помощью ног, катание на ровном месте, сидя на санках спиной вперед и отталкиваясь ногами; — скольжение по ледяным дорожкам.</p>
<p>Подвижные</p>	<p>С бегом: «Хитрая лиса», «Догони свою пару», «Ловишка за лентами»,</p>

<p>игры</p>	<p>«Жмурки», «Два Мороза», «Чье звено скорее соберется», «Ловишка с мячом», «Совушка», «Не намочи ног». С прыжками: «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Не попадись». С лазанием: «Ловля обезьян», «Перелет птиц». С метанием и ловлей: «Защитники крепости», «Охотники и утки». На ориентировку в пространстве: «Если все мы встанем в круг, мяч тебе я брошу, друг», «Мячик прыгает по мне, по груди и по спине», «Справа, слева, впереди в обруч точно попади», «Летающие тарелки», «Прыгает и скачет по сиденью мячик», «Найди и промолчи», «Вот стоит из стульев ряд. Я ударить в каждый рад», «Вдоль цепочки из колец ходит ловкий молодец». На координацию речи с движением: «Звуковая цепочка», «Я знаю три названия животных (мебели, транспорта и т.п.)», «Лови да бросай, и цвета называй», «Мяч передавай, слово называй», «Животные и их детеныши», «Один — много», «Мяч ты мне бросай и животных называй», «Слог да слог — и будет слово. Мы в игру сыграем снова», «Кто как разговаривает», «Мячик мы ладонью стук, повторяем дружно звук», «Подскажи словечко», «Лови, бросай, дни недели называй», «Звуки гласные поем мы с мячом моим вдвоем», «Кто чем занимается», «Месяцы и их последовательность», «Мяч поймаем раз и два — мы распутаем слова!», «Скажи ласково», «Гласный звук услышат уши, мяч взлетает над макушкой», «Горячий-холодный», «Чей домик?», «Дождик», «Садовник», «Журавли учатся летать», «За грибами», «Где вы были?», «Игра в стадо», «На водопой», «Медведь», «Зимние забавы», «С Новым годом», «На шоссе», «Старый клен», «Летучая рыба», «Весна, Весна красная!», «Хоровод березы», «Солнышко», «Веснянка».</p>
-------------	--

## **2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

Форма непосредственно образовательной деятельности с воспитанниками представляет собой единицы дидактического цикла. Форма определяет характер и ориентацию деятельности, является совокупностью последовательно применяемых методов, рассчитанных на определённый временной промежуток. В основе формы может лежать ведущий метод и специфический сюжетобразующий компонент.

Метод в дошкольной педагогике - вариант совместной деятельности педагога с детьми или воздействия на детей с целью решения образовательных задач (воспитание, обучение, развитие, социализация).

Способ – вариация применения отдельного метода, зависящая от образовательных задач, а также особенностей становления ведущей деятельности, особых образовательных потребностей и (или) индивидуального состояния ребёнка (группы детей).

Приём – это составная часть или отдельная сторона метода. Отдельные приёмы могут входить в состав различных методов.

Средство - вспомогательный элемент в реализации определенных форм реализации Программы, методов, способов действия.

Образовательный процесс, непосредственно осуществляемый с детьми дошкольного возраста, охватывает весь период пребывания воспитанников в ДОО и условно делится на три основополагающих аспекта:

- Непосредственно образовательная деятельность.
- Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов и специально организованных мероприятий.
- Самостоятельная деятельность.
- Свободная (нерегламентированная) деятельность воспитанников.

Каждый из четырёх указанных аспектов имеет свои формы, методы, способы реализации.

Формы непосредственно образовательной деятельности классифицировать в зависимости от:

- количества воспитанников (индивидуальные, подгрупповые, индивидуальноподгрупповые, фронтальные);

- степени интеграции (интегрированные, с доминирующей образовательной областью (занятие по развитию речи, по ознакомлению с окружающим, по рисованию и др.);
- ведущего метода и/или совокупности методов в целом (ознакомительное, комплексное, экспериментирование, формирование определённых навыков, драматизация);
- сюжетообразующего компонента (композиция).

<b>Режимные моменты</b>	<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>Самостоятельная деятельность воспитанников</b>	<b>Методы и средства</b>
Индивидуальные Подгрупповые Групповые		Индивидуальные Подгрупповые	Наглядные Показ упражнений Использование пособий
<b>Формы работы</b>			

<p>Игровая беседа с элементами Интегративная деятельность Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Игра Контрольнодиагностическая деятельность</p> <p>Экспериментирование</p> <p>Физкультурное занятие</p> <p>Спортивные и физкультурные досуги</p> <p>Спортивные состязания Проектная деятельность</p>	<p>Игровая беседа с элементами Интегративная деятельность Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Игра Контрольнодиагностическая деятельность</p> <p>Экспериментирование</p> <p>Физкультурное занятие</p> <p>Спортивные и физкультурные досуги</p> <p>Спортивные состязания Проектная деятельность</p>	<p>Во всех видах самостоятельной деятельности детей</p> <p>Двигательная активность течение дня</p> <p>Игра</p> <p>Утренняя гимнастика</p> <p>Самостоятельные спортивные игры и упражнения</p>	<p>Имитация</p> <p>Зрительные ориентиры</p> <p>Восприятие музыки</p> <p>Словесные</p> <p>Объяснения, пояснения, указания Подача команд,</p> <p>распоряжений, сигналов</p> <p>Вопросы к детям</p> <p>Беседа</p> <p>Рассказ</p> <p>Словесная инструкция</p> <p>Практические</p> <p>Повторение упражнений без изменения</p> <p>Проведение упражнений в игровой форме</p> <p>Проведение упражнений в соревновательной форме инструкция Средства</p> <p>ИКТ, наглядность, пособия, атрибуты для подвижных игр, спортивный инвентарь, нетрадиционный спортивный инвентарь</p>
--	--	---	---

### **2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Реализация содержания рабочей программы предполагает распределение разных видов деятельности и культурных практик по компонентам образовательных областей в соответствии с возрастными категориями детей и учитывает социальную ситуацию развития ребенка.

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

1. обеспечение эмоционального благополучия через:

- непосредственное общение с каждым ребенком;
- уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;

2. поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);

3. установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
- развитие умения детей работать в группе сверстников;

4. построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;
- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
- оценку индивидуального развития детей;

5. взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

#### **2.4. Способы поддержки детской инициативы.**

При организации образовательной деятельности в целях поддержки детской инициативы необходимо придерживаться следующих принципов:

- принцип деятельности - стимулирование детей на активный поиск новых знаний в совместной деятельности с взрослым, в игре и в самостоятельной деятельности.
- принцип вариативности - предоставление ребенку возможности для оптимального самовыражения через осуществление права выбора, самостоятельного выхода из проблемной ситуации.
- принцип креативности - создание ситуаций, в которых ребенок может реализовать свой творческий потенциал через совместную и индивидуальную деятельность.

Эффективные формы поддержки детской инициативы

1. Совместная деятельность взрослого с детьми, основанная на поиске вариантов решения проблемной ситуации, предложенной самим ребенком.
2. Проектная деятельность
3. Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей – опыт и экспериментирование

4. Наблюдение и элементарный бытовой труд в центре экспериментирования
5. Совместная деятельность взрослого и детей по преобразованию предметов рукотворного мира и живой природы
6. Создание условий для самостоятельной деятельности детей в центрах развития

Условия, необходимые для развития познавательно-интеллектуальной активности детей

1. Развивающая предметно-пространственная среда разнообразна по своему содержанию; 2. Содержание развивающей среды учитывает индивидуальные особенности и интересы детей конкретной группы;
3. На занятии преобладает демократический стиль общения воспитателей с детьми;
4. Воспитатели и родители развивают умение детей осуществлять выбор деятельности в соответствии со своими интересами;
5. Родители в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимался, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового.

#### **2.5. Взаимодействие с семьями воспитанников.**

<b>Срок</b>	<b>Возраст</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Форма</b>	<b>Ответственные</b>
Октябрь	Младшая и средняя группы	«Воспитание правильной осанки у ребёнка»	Информация (стендовый материал)	воспитатели

	Старшая и подготовительная группы	«Чрезмерный вес ребенка - угроза здоровью».  "Семейные старты"	Информация (стендовый материал)  Участие родителей в подготовке и проведении праздника	Руководитель по ФИЗО  Воспитатели групп
Ноябрь	Младшая и средняя группы	«Зарядка – это весело»  «День здоровой семьи»	Информация (стендовый материал)  Спортивный праздник	Руководитель по ФИЗО  Руководитель по ФИЗО, воспитатели групп
	Старшая и подготовительная группы	«Нетрадиционные методы оздоровления детей в ДОУ»  «Спортивный праздник	Информация (стендовый материал)  Участие родителей в подготовке и	Руководитель по ФИЗО

		с родителями, посвященный дню матери»	проведении праздника	Руководитель по ФИЗО  Воспитатели групп
--	--	---------------------------------------	----------------------	---

Декабрь	младшая и средняя группы	«Одежда и здоровье детей»	и Консультация (стендовый материал)	воспитатели
	Старшая и подготовительная группы	«Игры зимой на свежем воздухе»	Консультация (стендовый материал)	воспитатели
	старшая логопедическая группа	«Речевые игры»	Открытое занятие	воспитатели группы
Январь	младшая и средняя группы	"Как сохранить зрение ребёнка?"	Консультация (стендовый материал)	воспитатели

	Старшая и подготовительная группы	«Одежда и здоровье детей»	и Консультация (стендовый материал)	воспитатели
--	-----------------------------------	---------------------------	---	-------------

Февраль	младший возраст	«Игры зимой на свежем воздухе»	Информация (стендовый материал)	
	Средняя группа  Старшая и подготовительная группы	«Мой папа – защитник отечества»  «А ты баты мы солдаты»	Фотовыставка  Праздник ко Дню защитника Отечества	Воспитатели групп
Март	младшая и средняя группы	«Сто затей для 100 друзей»	Семейный спортивный праздник	воспитатели
	Старшая и подготовительная группы	«Любимые занятия моей мамы»	Физкультурный КВН	; Воспитатели групп

	подготовительная группа	«Речевые игры»	Открытое мероприятие	воспитатели группы
Апрель	все группы	"День здоровья"	День открытых дверей	Воспитатели групп
	Старший дошкольный возраст	"Папа, мама, я - спортивная семья"	Открытое мероприятие с участием родителей	воспитатели группы
Май	младшая группа	«Подвижные игры летом на прогулке» «Спортивная жизнь в детском саду»	Информация (стендовый материал) Фотовыставка	
	средняя и старшая группы	«Марафон дружбы»	патриотическое занятие с привлечением родителей	воспитатели групп

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1 Условия организации образовательной деятельности с воспитанниками.

Структура физкультурной образовательной деятельности В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 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:

15 мин. - младшая группа 20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Физкультурная образовательная деятельность состоит из трех частей: Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Образовательная деятельности по физической культуре может быть организована разнообразно:

- Од по традиционной схеме
- Од, состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- Од - тренировки в основных видах движений
- Ритмическая гимнастика
- Од - соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей

- ОД - зачеты, во время которых дети диагностические задания
- Сюжетно - игровая ОД

По интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, 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 содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

### **Организация образовательной деятельности по приобщению детей 3–4 лет к физической культуре**

<b>Основные формы и методы</b>	<b>Периодичность и особенности организации детей</b>
Занятия по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз — на улице). 12–15 мин
Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс общеразвивающих упражнений (далее — ОРУ) с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног.	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 5–7 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с группой или подгруппой детей. 10–12 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 7–10 мин

Самостоятельная двигательная деятельность детей.	Ежедневно в разные отрезки режима дня.
--	--

### Организация образовательной деятельности по приобщению детей 4–5 лет к физической культуре

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
Занятия по физическому развитию.	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз — на улице). 15–20 мин
Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног.	Ежедневно с подгруппой детей (в теплое время года — на улице). 7–10 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с группой или подгруппой детей. 10–12 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 10–12 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей.	Ежедневно в разные отрезки режима дня

### Организация образовательной деятельности по приобщению детей 5-6 лет к физической культуре

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
Занятия по физическому развитию.	3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (один раз — на улице). 25 мин
Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног.	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 10–12 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с подгруппой детей. 12–15 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 10–12 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей.	Ежедневно в разные отрезки режима дня.

### Организация образовательной деятельности по приобщению детей 6-7 лет к физической культуре

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
Занятия по физическому развитию.	3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (один раз — на улице). 30 мин
Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног.	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 10–15 мин

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с подгруппой детей. 12–15 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 12-15 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей.	Ежедневно в разные отрезки режима дня.

### 3.2 Комплексно – тематическое планирование.

#### КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ ВО 2-й МЛАДШЕЙ ГРУППЕ В СПОРТИВНОМ

Построение	Ходьба	Бег	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Упражнения на Равновесие (УР)	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры (ПИ)
	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>СЕНТЯБРЬ</b>								
I. «Пойдем в гости к зайчику» Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, прыгать на двух ногах на месте, ползать на четвереньках по прямой	Ходьба стайкой за инструктором	Бег обычной стайкой	«Колобок»	Ходьба по извилистой дорожке (ширина – 20 см, длина – 3 м) (О)	Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка) (П)	Прокатывание мяча двумя руками в даль от черты (З)	«Влезь на лесенку»	«Поровенькой дорожке»

II. «В гостях у лисички»	Построен в стайкой	Ходьба парами в стайке за инструктором	Бег парами в стайке за инструктором	С погремушками	Ходьба по извилистой дорожке (ширина – 20 см, длина – 4 м) (II)	Прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка) (3)	Прокатывание мяча двумя руками даль от черты	Ползание на средних четвереньках по прямой (4–5 м) (O)	«Догонялки» с персонажами (лисичка догоняет)
III. «Птички и летают»	Построен в рассыпную	Ходьба в рассыпную по залу	Бег в рассыпную по залу	С погремушками	Ходьба по извилистой дорожке с хлопками над головой (ширина – 15 см, длина – 4 м) (3)	«Подпрыгни и выше»	Катание мяча двумя руками друг другу (O)	Ползание на средних четвереньках по прямой (5–6 м) (II)	«Перебежки»
IV. «Курочка Ряба»	Построен в рассыпную	Чередование ходьбы в рассыпную с ходьбой в стайкой	Чередование бега в рассыпную с бегом в обусловленном месте	«Курочка Ряба»	«Вышли дети садик»	Прыжки на двух ногах, стоя на месте (O)	Катание мяча двумя руками друг другу (II)	Ползание на средних четвереньках по извилистой дорожке (ширина –	«Найди, где спрятан мяч»

								20 см, длина – 5–6 м)	
--	--	--	--	--	--	--	--	-----------------------------	--

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

ОКТАБРЬ

I. «В гостях у кукол»	Построение колонну по одному	Ходьба в колонне друг за другом зрительной ориентации	Бег в колонне друг за другом зрительной ориентации	«Поиграем с куклами и потанцуем с ними»	Ходьба с перешагиванием через предметы, через рейки лестницы (высота 10–15 см) (О)	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя (П)	Прокатывание мяча под дугой двумя руками (увеличение расстояния) (3)	«Наседки и цыплята»	«Догони скорее мяч»
II. «К мишке»	Построение колонну друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом зрительной ориентации	«Огуречик, огуречик...»	«Вышли дети в садик»	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 10–15 см) (П)	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя (3)	Разные способы сбрасывания и ловли мяча	Ползание на четвереньках за катящимся мячом (О)	«Догони мишку»

III. «Пойдем в гости»	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне по залу с выполнением движений рук (к плечам, вверх, в стороны)	«Пробеги и не сбей»	«Поиграем со зверятами»	Ходьба с перешагиванием через предметы (высота – 10–15 см)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Прокатывание мяча между предметами (ширина – 60 см)	Ползание на средних четвереньках за катящимся предметом	«Такси»
IV. «Репка»	Построение в колонну друг за другом по росту	Ходьба в колонне друг за другом по зрительной ориентации	Бег в колонне по росту, не отставая и не перегоня товарищей (по зрительным ориентирам)	«Тянем репку»	«Пробеги и не сбей»	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Прокатывание мяча между предметами (ширина – 50 см)	Ползание за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа	«Веселая пляска»

НОЯБРЬ

I. «Воробышки-попрыгунчики»	Построение в рассыпную	Ходьба в рассыпную	Бег в рассыпную	«Мы, как воробышки»	Ходьба по извилистой дорожке (ширина – 25–30 см)	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед (П)	Прокатывание шарика под натянутой веревкой	«Проползи ровно, не задень»	«Воробышки и кот»
--------------------------------	------------------------	--------------------	-----------------	---------------------	--	---	--	-----------------------------	-------------------

					(О)				
II. «Воробышки-попрыгунчики»	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Мы, как воробышки»	Ходьба по извилистой дорожке (ширина – 25–30 см) (П)	Прыжки на двух ногах на месте в паре (3)	«Попади в кольцо»	Ползание по доске на средних четвереньках (по мосту) (О)	«Воробышки и кот»
III. «Путешествие в лес на поезде»	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Падают, падают листья»	Ходьба по извилистой дорожке (ширина – 25–30 см) (3)	«Наседка и цыплята»	Прокатывание под дугой (О)	Ползание по доске на средних четвереньках (П)	«Лесные жучки»

			замедление м						
IV. «Путешествие в лес на автобусе»	Построение в колонну парами	Ходьба в колонне парами	Бег в колонне парами	Упражнения шишками	Ходьба на носочках по скамейке	Прыжки вверх на месте целью достать предмет (О)	Прокатывание мяча друг другу (П)	Ползание по доске на четвереньках (З)	«Лесные жучки»

ДЕКАБРЬ

I. «Курочка с цыплятами»	Построение в колонну парами	Ходьба в колонне парами высоким подниманием колена	Бег в колонне парами, чередование с бегом в рассыпную	«Пушистые цыплята»	Ходьба по шнуру прямо (О)	Прыжки вверх на месте целью достать предмет (П)	Прокатывание мяча друг другу (З)	«Доползи до флажка»	«Цыплята и кот»
II. «Курочка с цыплятами»	Построение в колонну парами перестроение в пары, стоя на месте	Ходьба в колонне парами высоким подниманием колена взмахом рук	Бег в колонне парами, чередование с бегом	«Пушистые цыплята»	Ходьба по шнуру по кругу (П)	Прыжки вверх на месте целью достать	Прокатывание мяча друг другу	Ползание под препятствием (высота – 30–40 см)	«Цыплята и кот»

			в рассыпную			Предмет (3)		(О)	
III. «Цирк»	Построение в шеренгу и равнение по линии поворотом колонну друг другом	Ходьба в колонне по кругу, связавшись за руки со сменой за направлением по сигналу	Бег по кругу, взявшись за руки со сменой направлением по сигналу	«Веселые петрушки»	Ходьба по шнуру «зигзагом»	«Зайка беленький сидит»	Бросание мяча вперед снизу (О)	Ползание под препятствием (высота – 30–40 см) (П)	«Лошадки»

					(3)				
IV. «Цирк»	Построение в колонну по одному, парами в круг	«Покажи, кто как ходит»	Бег в разном темпе	«Веселые петрушки»	«Такси»	Спрыгивание с высоты (со скамейки, высота 10 см) (О)	Бросание мяча вперед снизу (П)	Ползание под препятствием (высота – 30–40 см) (3)	«Лошадки»

ЯНВАРЬ

I. «Магазин игрушек» (на автомобиле)	Построение в шеренгу, равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонне	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом в медленном темпе 30–40 сек (расстояние до 80 м)	Упражнения с платочками	Перешагивание через препятствия (высота 10–15 см) (О)	Спрыгивание с высоты вниз (высота 15 см) (П)	Бросание мяча вперед снизу (3)	«Проползи по бревну»	«Автомобиль»
II. «Магазин игрушек» (на самолете)	Построение в шеренгу, равнение по ориентирам с поворотом в колонне	Ходьба в колонне ускорением и замедлением темпа	«Добеги до предмета»	«Мыльные пузыри»	Перешагивание через препятствия (высота 10–15 см) (П)	Спрыгивание с высоты вниз (высота 15 см) (3)	Бросание мешочка в цель (дощечку) (3)	Проползание между ножками стула произвольным способом (О)	«Самолеты»
III. «Мой веселый звонкий мяч»	Построение в шеренгу с перестроением в круг по ориентире	Ходьба в колонне с остановкой по сигналу	Бег в колонне с остановкой по сигналу	«Поиграем с разноцветными мячами»	Перешагивание через препятствия (высота 10–15 см) (3)	«Зайчики пляшут»	Бросание мяча от груди (О)	Проползание между ножками стула произвольным способом (П)	«Мой веселый звонкий мяч»

IV. «Мой веселый звонкий мяч»	Построение в шеренгу с перестроением в круг по ориентиру	Ходьба в колонне с остановкой по сигналу	Бег в колонне с остановкой по сигналу	«Поиграем с разноцветными мячами»	«Перепрыгни бревнышко»	Прыжки через линии  (О)	Бросание мяча от груди	Проползание в обруч, расположенный вертикально к полу, не касаясь руками пола	«Мой веселый звонкий мяч»
-------------------------------	--	--	---------------------------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------------------	------------------------	---	---------------------------

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

ФЕВРАЛЬ

I. «Мыши и кот Васька»	Построение из колонны по одному колонну по два с места направляющим	Ходьба парами в колонне; ходьба парами «змейкой», огибая поставленный предмет	Бег в парах, бег со сменой направления по сигналу	«Мышки играют в своих норках»	Ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках  (О)	Прыжки в длину с места через две линии  (II)	Ловля мяча, брошенного инструктором (расстояние 1,5 м) (3)	«Обезьянки»	«Кот и мыши»
II. «В гости к собачке»	Построение из колонны по одному колонну по два	Ходьба парами в колонне; ходьба парами	Бег в парах, бег со сменой направления	«Собачки играют»	Ходьба по гимнастической скамейке на высоких	Прыжки в длину с места	Ловля мяча, брошенного	Переползание через бревно боком	«Лохматый пес»

	с места за направляющим	«змейкой», огибая поставленный предмет	ия по сигналу		четвереньках (П)	(40–50 см) (3)	инструктором (расстояние 1,5 м)	(высота 40 см) (О)	
III. «Поиграем со снежками»	Построение из колонны по одному колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба на носках, поднимая колени, перешагивая через препятствия	Бег в колонне со сменой направлением по сигналу	«Поиграем со снежками»	Ходьба по бревну средних четвереньках (3)	«Резвые зайчики»	Бросание мяча вперед двумя руками снизу (вдаль) (О)	Переползание через бревно боком (высота 40 см) (П)	«Берегись заморожу»
IV. «Волк и семеро козлят»	Построение из колонны по одному колонну по два в движении за направляющим	Ходьба по шнуру по кругу	«Найди свой домик»	«Волк-кусака»	«Барабан» (ходьба с действиями на различение динамики)	Прыжки со сменой положением ног (врозь-вместе) (О)	Бросание мяча вперед в даль двумя руками из-за головы (П)	Переползание через бревно (высота 40 см) (3)	«Волшебная дудочка»
МАРТ									

I. «В гостях у Мишки-Топтыжки»	Построение из колонны по одному в два звена в движении направляющим по ориентиру	Ходьба по широкому и мелким шагам, со сменой направления по сигналу	Бег по извилистой дорожке, со бегом враспыну	«Уроки Мишки-Топтыжки»	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15 см друг от друга (О)	Прыжки со сменой положением ног (врозь-вместе) (П)	Бросание мяча вперед в даль двумя руками от груди (3)	Подтягивание на скамейке, лежа на животе	«У медведя во бору»
--------------------------------	--	---	--	------------------------	---	--	---	--	---------------------

II. «Нас ждут Лимпопо»	Построение из колонны по одному в два звена в движении за направляющим по ориентиру	Ходьба по широкому и мелким шагам, со сменой направления по сигналу	Бег по кругу, взявшись за руки	«В лодке»	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15 см друг от друга (П)	Прыжки со сменой положением ног (врозь-вместе) в движении (3)	Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку (расстояние 1–1,5 см)	Подтягивание на скамейке, лежа на животе (О)	«Обезьянки»
------------------------	---	---	--------------------------------	-----------	---	---	--	--	-------------

III. «У солнышка в гостях»	Перестроение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая	Бег по кругу, взявшись за руки, с ускорением	«Поймай солнышко»	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20 см друг от друга	Прыжки через предмет (высота 5–10 см)	Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку	Подтягивание на скамейке, лежа на животе	«Солнышко и дождик»
----------------------------	--	---	--	-------------------	---	---------------------------------------	--	--	---------------------

		через предметы	замедлением		(З)		(расстояние 1–1,5 см) (О)		
IV. «Заюшки на избушка»	Перестроение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба по наклонной горизонтальной поверхности, перешагивая через предметы	«Не опоздай»	«Зайка и собаки»	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20 см друг от друга	Прыжки через предмет (высота 5–10 см)	Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку	Ползание по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине лестницы с переходом на нее	«Зайка беленький сидит»

#### АПРЕЛЬ

I. «Вспомни лето»	Перестроение из колонны по одному три звена по ориентиру	Ходьба с дополнительным заданием по сигналу, поворот вокруг себя	Бег с ускорением и замедлением темпа	«На лугу»	Влезание на гимнастическую скамейку с дополнительным заданием для рук (руки в стороны)	Прыжки через предмет (высота 5–10 см)	Бросание предметов в цель (расстояние 1 м) одной рукой (О)	«Влезь на лесенку»	«Огуречик, огуречик...»
----------------------	--	--	--------------------------------------	-----------	--	---------------------------------------	--	--------------------	-------------------------

II. «Вспомни лето»	Перестроение из колонны по одному в три звена по ориентиру	Ходьба с дополнительным заданием с востановкой по сигналу, поворот вокруг себя	Бег с ускорением и замедлением темпа	«На лугу»	Влезание на гимнастическую скамейку с дополнительным заданием для рук (руки в стороны)	Прыжки через предмет (высота 5–10 см)	Бросание предметов в цель (расстояние 1 м) одной рукой	Лазание по лестнице в стремянке	«Птицы и лиса»
-----------------------	--	--	--------------------------------------	-----------	--	---------------------------------------	--	---------------------------------	----------------

III. «На солнечной полянке»	«На Поостроение шеренги, в круг	Ходьба с высоким подниманием коленей, сменой направления по сигналу	Бег с высоким подниманием бедра, сменой темпа по сигналу	«На полянке»	Влезание на бум + поворот вокруг себя переступанием (О)	«Добей прыгни»	Бросание мяча двумя руками в цель (расстояние 1 м) (П) (С)	Лазание по лестнице в стремянке (П)	«Поймай комара»
IV. «Теремок»	«Теремок» Поостроение шеренги, в круг	Ходьба с приставным шагом вперед,	Бег в колонне друг за другом в горку	«Теремок»	Ходьба по шнуру «зигзагом»	Прямой галоп	Бросание мяча сверху и попытка	Лазание по лестнице в стремянке	«Жуки»

		ходьба в горку			(П)		поймать его (О)	(З)	
--	--	----------------	--	--	-----	--	-----------------	-----	--

МАЙ

I. «Волшебная палочка»	Размыкание и смыкание при построении и обычным шагом	Ходьба по профилактической дорожке	Бег с дополнительными заданием: догонять убегающего	Упражнения с палками	Ходьба по наклонному буму (О)	Прямой галоп (П)	Бросание мяча вверх и ловля его (З)	«Обезьянки»	«Машины»
II. «Колобок»	Построение колонн парами	Ходьба на внешней стороне стопы	Бег на скорость (до 15–20 м)	«Колобок»	Ходьба по наклонному буму (П)	Прямой галоп (С)	Бросание мяча вверх и ловля его	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее (О)	«Бросание мяча вперед»
III. «На рыбалку»	Повороты направо и налево переступание	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Чередовать бег в колонне и друг за другом с бегом в рассыпную	«Рыбаки»	Ходьба по наклонному буму (З)	«Скок-поскок», молодой дроздок!	Метание на дальность правой и левой рукой (2,5–5 м) (О)	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее (П)	«Рыбаки и рыбки»

	переступание м	назад				(высота 5 м)	рукой (2,5–5 м)	спуск с нее		
IV. рыбалку»	«На направо и налево с	Повороты и приставным шагом вперед и	Ходьба приставным шагом вперед и	Бег в резком темпе	«Поймай рыбку»	Ходьба «ручейком»	Прыжки и вна высоту с места через шнур	Метание дальност ь правой и левой	Влезание на гимнастическ ую стенку и	«Прокат и обруч»

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

Мотивация	Перестроение	Ходьба	Бег	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Упражнения на Равновесие (УР)	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры (ПИ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>СЕНТЯБРЬ</b>									

<p>I. «Прогулки в осенний лес»</p>	<p>Построение в колонну по одному (по росту)</p>	<p>Ходьба на носках, на пятках, на наружном крае стопы</p>	<p>Бег на месте с переходом в движение и наоборот (по сигналу)</p>	<p>«В парке» - с осенними листьями</p>	<p>Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через осенние листочки (O)</p>	<p>Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног (П)</p>	<p>Прокатывание мячей друг к другу между предметами (расстояние 40–50 см) (3)</p>	<p>«Переползти через кочки»</p>	<p>«Перелет птиц»</p>
<p>II. «Экскурсия в осенний лес» (на поезде)</p>	<p>Построение в колонну по одному по росту, держась за длинный канат</p>	<p>Ходьба на носках, на пятках, на наружном своде стопы, держась за длинный канат</p>	<p>Бег с изменением темпа движения: то ускоряя, то замедляя темп, держась за длинный канат</p>	<p>«Проверка и ремонт вагончиков»</p>	<p>Ходьба по извилистой дорожке, перешагивая через 6–7 мячей, руки за спиной (П)</p>	<p>20 прыжков со сменой положения ног, в чередовании с ходьбой (2–3 раза подряд) (3)</p>	<p>«Летающая тарелка»</p>	<p>Ползание по прямой на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м) (O)</p>	<p>«Птицы и лиса»</p>

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
III. «На день рождения куклы Алины»	Равнение по ориентиру (шнур, канат)	Ходьба по кругу, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа	Бег по залу, взявшись за одну руку с (цепочкой, со сменой направления — «змейкой»)	Стоя в кругу с хлопочками	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина доски 15–20 см, высота 30–35 см) (3)	Перепрыгивание через невысокую «кочку»	Прокатывание обручей друг другу по прямой	Ползание по прямой на четвереньках, прокатывая перед собой мяч (диаметр 12–15 см) (II)	«Подарки»
IV. «На именины к Винни-Пуху»	Равнение по меловой линии	Чередование обычной ходьбы с ходьбой закрытыми глазами (3–4 м)	Бег со сменой направления с звуковому сигналу (кругом)	Стоя в рассыпную с хлопочками	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина доски 15–20 см, высота 30–35 см) (3)	Прыжки на двух ногах поочередно через 5–6 линий (расстояние между ними 40–50 см) (O)	Прокатывание обручей друг другу между предметами (расстояние 40–50 см) (II)	Ползание на средних четвереньках «змейкой», прокатыв	«Где мы были, мы не скажем, а что делали покажем»

								ая ГОЛОВОЙ мяч (3)	
--	--	--	--	--	--	--	--	--------------------------	--

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>ОКТЯБРЬ</b>									
I. «Веселая карусель»	Нахождение своего места в колонне по росту и по кругу	Ходьба со сменной направлени я (с поворотом кругом по зрительном у ориентире)	Чередовани е бега в колонне по кругу бегом в рассыпную по залу (2–3 раза)	С мелкими вигрушками по сжеланию детей, стоя в кругу	Ходьба по шнурку по прямой и по кругу, руки за спиной	Прыжки на одной ноге поочередно (то на правой, то на левой и с поворотом кругом на двух ногах)	Прокатыван е обруча друг другу между предметами	Ползание по- пластунск и	«Карусель»

II. «Ярмарка»	Нахождение своего места в колонне по одному, в шеренге по одному и по кругу	Ходьба со сменой направления в зрительном ориентиру	Бег поворотом кругом чередовать с бегом в рассыпную по залу	С мелкими игрушками по желанию детей, стоя в кругу	Ходьба по шнуру по прямой, по кругу, «змейкой» руки за головой (II)	Прыжки на одной ноге поочередно и ноги вместе – ноги врозь с продвижением вперед (3)	«Чья пара сделает лучше?»	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (O)	«Огуречик, огуречик...»
III. «Цирк»	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба приставным шагом вперед и назад, стоя в шеренге	Обычный бег по колонне чередованием бега с высоким подниманием бедра	«Веселые Петрушки»	Ходьба по шнуру «змейкой» руки в стороны (3)	Прыжки на одной ноге поочередно и ноги вместе – ноги врозь с продвижением вперед (3)	Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (II)	«Поймай дрессированную муху»

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



<p>II. «Путешествие на волшебный остров»</p>	<p>Перестроен из колонны по 1 в колонну по 3 с места за направляющим ориентиру</p>	<p>Ходьба с выполнением дополнительных заданий по сигналу (присесть, лечь на живот и т. д.), ходьба пригнувшись крадучись</p>	<p>Бег по кругу с изменением темпа движений по звуковому сигналу и бег пригнувшись крадучись</p>	<p>«Играй, играй, мяч не теряй»</p>	<p>Ходьба по доске с мешочком на голове, руки согнуты в локтях к плечам</p>	<p>Прямой скалоп по кругу «змейкой»</p>	<p>Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений между предметами</p>	<p>Подлезание под препятствие правым и левым боком</p>	<p>«У медведя во бору»</p>
					(II)	(3)		(O)	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<p>III. «В гости к Айболиту» (на автомобиле)</p>	<p>Перестроен из колонны по 1 в колонну по 3 с места за направляющим ориентиру</p>	<p>Ходьба с сменой ведущего</p>	<p>Бег с сменой ведущего</p>	<p>«Поиграем с любимыми зверятами Айболита»</p>	<p>Ходьба по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны)</p>	<p>Подпрыгивание на двух ногах продвижение вперед (4–5 м)</p>	<p>Бросание мяча сверху, вниз пол ловля его руками (3–4 раза подряд)</p>	<p>Подлезание под препятствие правым и левым боком</p>	<p>«Цветные автомобили»</p>
					(3)		(O)	(II)	

IV. «В гостях у Айболита»	Перестроен из колонны по 1 в колонну по 3 с места за направляющим ориентиру	Ходьба со сменой ведущего в колонне чередовани и с ходьбой в рассыпную	Бег со сменой ведущего в колонне чередовани и с ходьбой в рассыпную	«Поиграем с любимыми зверятами Айболита»	Ходьба по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны)	Прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, в чередуя с расслабленн	Бросание мяча вверх, вниз о пол ловля его руками, не прижима я к груди	Подлезан ие под дугу (обруч) и правым левым боком	«Подарки»
---------------------------	---	--	---	--	--	---	--	---	-----------

## ДЕКАБРЬ

I. «Магазин игрушек»	Перестроен из колонны по одному в колонну по три с места за направляющим ориентиру	Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса (рывки рук, вращения кистями рук и т. д.)	Бег со сменой ведущего в колонне чередовани и с ходьбой в рассыпную	С мелкими игрушкам пожеланию детей в колоннах	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга	Прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, в чередуя с расслабленн	Бросание мяча вверх, вниз о пол ловля его двумя руками несколько раз подряд	Ползание по-пластунски и	«Магазин игрушек» (ребенок придумыва ет, отображае т любимую игрушку, остальные
----------------------	--	--	---	---	--	---	---	--------------------------	---

						(II)	(3)		отгадываю т, повторяют
--	--	--	--	--	--	------	-----	--	------------------------------

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
II. «Магазин игрушек»	Перестроен ие из колонны по одному в колонну по три в движении за направляющ им по ориентире	Чередование ходьбы в парах в колонне с ходьбой в рассыпную («Чья пара быстрее найдет друг друга»)	Чередование вбега в парах в колонне с бегом в рассыпную («Чья пара быстрее найдет друг друга»)	С мелкими игрушками пожеланию детей в колоннах	Ходьба по доске, сходясь вдвоем впри встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга	Прыжки из глубокого приседа со сменой высоты движения и темпа движения, чередую с расслабление м	«Попади в щит»	Пролезани е между рейками лестницы, поставлен ной на бок на средних четвереньк ах (O)	«Птичка и кошка»

<p>III. «Пожарные на учениях»</p>	<p>Перестроение из колонны по одному колонну по три в движении за направляющим</p>	<p>Ходьба в чередовании с бегом и прыжками на месте и продвижением вперед</p>	<p>Бег в чередовании с ходьбой и прыжками на месте и в движении</p>	<p>«Пожарные на учениях» (с гантелями в колоннах)</p>	<p>Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске</p>	<p>Подпрыгивание на двух ногах продвижение вокруг предмета</p>	<p>Отбивание мяча о поле с правой и левой рукой (5 раз подряд)</p>	<p>Пролезание между рейками лестницы, поставленной на низких четвереньках</p>	<p>«Пожарные на учениях» (индивидуальная одноэтапная эстафета – фронтально)</p>
<p>IV. «Пожарные на учениях»</p>	<p>Перестроение из колонны по 1 колонну по 4 в движении за направляющим по ориентиру</p>	<p>Ходьба в чередовании с бегом и прыжками на месте и продвижением вперед</p>	<p>Бег в чередовании с прыжками в движении с преодолением препятствий (низкий барьер)</p>	<p>«Пожарные на учениях» (с гантелями в колоннах)</p>	<p>Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске</p>	<p>Прыжки с продвижением вперед через 6–8 линий (расстояние 50–60 см)</p>	<p>Отбивание мяча о поле с правой и левой рукой (5 раз подряд)</p>	<p>Пролезание между ножками стула («тоннель») на низких четвереньках</p>	<p>«Пожарные на учениях» (индивидуальная двухэтапная эстафета на равновесие, прыжки – фронтально)</p>

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

ЯНВАРЬ									
I. «Зимние забавы» (занятие, построенное на подвижных играх)	Перестроение из двух колонн в две шеренги	Ходьба по залу с выполнением движений рук (к плечам, вверх, стороны)	«Перебежки» (бег навстречу друг другу, не наталкиваясь, найти четко свое место в шеренге)	«Собери предметы»	Ходьба по гимнастической скамейке и прыгивание с нее	«Зайцы и волк»	«Сбей кеглю»	«Перелет птиц»	«Снежинки» (игра Пушиночки)
II. «Зимние забавы» (занятие, построенное на подвижных играх)	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба по залу с выполнением движений рук (к плечам, вверх, стороны)	«Найди себе пару»	«Собери предметы»	Ходьба по гимнастической скамейке и прыгивание с нее	«Лиса в курятнике»	«Подбрось и поймай»	«Перелет птиц»	«Кто ушел?» (игра малой подвижности)

III. «Путешествие в зоопарк» (на самолетах)	Размыкание и вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба с преодолением дополнительных препятствий (с перешагиванием кочки на кочку)	Бег с преодолением препятствий (с перепрыгиванием); бег «змейкой», согибая поставленные кегли	«Веселые жители зоопарка»	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема (3)	«Пружинка» прыжками	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2–2,5 м) (О)	Перелезание через гимнастическую скамейку боком (П)	«Загадай, отгадай, повтори» (дети по желанию имитируют движения повадки зверей)
--	--	--	---	---------------------------	---	---------------------	---	---	---

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
IV. «Путешествие в зоопарк»	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба по пересеченной местности	Бег с ловлей и увертыванием (догонять убегающего и убегать от догоняющего)	«Веселые жители зоопарка»	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема	Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2–2,5 м)	Перелезание через гимнастическое бревно	«Пилоты»

						(на 15 см) (О)	(П)	(3)	
<b>ФЕВРАЛЬ</b>									
I. «В гости к Красной Шапочке» (предварительная работа: письмо, телефонный звонок и др.)	Повороты кругом, переступая на месте	Чередование обычной ходьбы ходьбой закрытыми глазами	Бег с ловлей и сувертывание см в разных ситуациях	С цветами	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см)	Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 20 см	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2–2,5 м)	Ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально (ширина доски 15–20 см)	«Мыши в кладовой у Красной Шапочки»
					(О)	(П)	(3)		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
II. Гости Красной Шапочке»	«В поворотах к кругу, прыжком, стоя на месте»	Чередование ходьбы на месте высоким подниманием бедра ходьбой в движении по звуковому сигналу	Чередование бега колонным бегом на месте высоким подниманием бедра «лошадки»	С цветами	Ходьба, бег и прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз	Прыжки вверх с места и разбега касанием предмета головой	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2–2,5 м)	Ползание на средних и низких четвереньках по положенной горизонтально доске (ширина доски 15–20 см)	«Подбрось, поймай»
					(II)	(3)			(O)

III. «Мой веселый звонкий мяч» (загадки о мяче)	Повороты кругом стоя на месте, прыжком	Ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы, сменой положения рук	Бег в колонне с остановкой на сигнал (спрятать мяч за голову, зажать между ног)	С мячами	Ходьба по наклонной доске с спуск с нее с подъемом ноги, согнутой в колене (коснуться мяча)	Прыжки стоя на месте с мячом между ног	Бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 2 м)	«Кто быстрее?» (сползание на четвереньках наперегонки до определенного места)	«Юла»
---	--	---	---	----------	---	--	---	---	-------

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
IV. «Мой веселый звонкий мяч» (загадки о мяче)	Перестроение из колонны по шеренгу	Ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы, сменой положения рук	Бег в колонне с остановкой на сигнал (спрятать мяч за голову, зажать между ног)	С мячами	Ходьба по гимнастической скамье с мячом в прямых руках над головой, в середине поворот вокруг себя	Прыжки с мячом в мячом между ног в движении и по кругу	Бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие	«Кто быстрее?» (сползание на четвереньках наперегонки до определенного места)	«Найди и промолчи»

					(О)	(З)	(расстояние 2 м) (П)	нного места)	
<b>МАРТ</b>									
I. «Волшебная палочка» (гимн. палка)	Перестроение из колонны по одному в колонну по два движения	Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса гимнастической палкой	Непрерывный бег «змейкой» с гимнастической палкой в руках (1,5 минуты)	С гимнастической палкой	Ходьба по скамейке с палкой головой на плечах	Прыжки на одной ножке по цветной дорожке (3–5 м)	Бросание мяча двумя руками одной рукой через препятствие с расстояния 2 м	«Переползи через кочку»	«Пастух и стадо»
					(О)	(П)	(3)		

II.	«Волшебная палочка а» (гимн. палка)	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении и	Ходьба на пятках, внешней стороне стопы, сменой положения рук (с гимн. палкой)	Бег средней скоростью 40–60 м в чередовании с ходьбой (3–4 раза)	С кольцами	Ходьба по гимнастическому буму с палкой за головой	Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см)	Бросание мяча двумя руками одной рукой через препятствие расстояния 2 м	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,2 м) (O)	«Подбрось-поймай»
-----	-------------------------------------	---	--	--	------------	--	--	---	---	-------------------

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
III.	«Автомобилисты» (с колечками диаметром 15–20 см)	Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении	Ходьба с остановкой на зрительный сигнал (флажки, шары красного, желтого и зеленого цвета)	Бег средней скоростью 40–60 м в чередовании с ходьбой, по одной стороне зала пробегать по узкой извилистой дорожке	С кольцами	Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кольца вправо влево	Прыжки с высоты с места (высота 10–15 см)	Метание предметов на дальность (расстояние 3,5–6,5 м)	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,5 м)	«Бездомный заяц» (кольца используются как домики)

IV. «Автомобилисты» (с колечками диаметром 15–20 см)	Перестроение из колонны по одному по колонну по три в движении	Ходьба с остановкой на звуковой сигнал (встать на одной ножке, присесть)	Бег средней скоростью 40–60 м «змейкой» в чередовании с ходьбой (80–120 м)	С кольцами	Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кольца вправо влево	Прыжки с высоты с места (высота 10–15 см)	Метание предметов на дальность (за черту) (расстояние 3,5–6,5 м)	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,5 м)	«Такси»
						(О)	(П)	(3)	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>АПРЕЛЬ</b>									
I. «Веселые туристы» (с рюкзачками и )	Перестроение из колонны по одному по колонну по четыре	Ходьба в колонне «змейкой», с поворотом кругом по сигналу	Чередование бега в колонне с бегом в рассыпную медленном темпе (2–3 раза)	«Отдых на лесной полянке» и игровые упражнения с хлопочками	Ходьба по наклонному бревну дополнительными заданиями для рук	Прыжки в высоту с места (высота 10–15 см)	Метание предметов в дальность («Целься вернее») (расстояние 3,5–6 м)	Лазание по лестнице стремян	«Огуречик, огуречик...»
					(О)	(П)	(О)		

<p>II. «Веселые туристы» (с рюкзачками и )</p>	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении</p>	<p>Ходьба в колонне «змейкой»; с остановкой на сигнал – шесть потурецки без помощи рук; встать на одной ножке, удержав равновесие</p>	<p>Бег по залу в медленном темпе; с остановкой по сигналу – присесть; лечь на живот</p>	<p>Игровые упражнения хлопочками на лесной полянке</p>	<p>Ходьба по наклонному бревну, ставя ногу с носка, руки на пояс</p>	<p>Прыжки через 3–4 предмета поочередно через каждый (высота 10–15 см)</p>	<p>Метание предметов вдаль («Целься вернее») расстояние 3,5–6 м)</p>	<p>Лазание по лестнице стремянке</p>	<p>«Птицы и лиса»</p>
<p>III. «На помощь трем поросятам»</p>	<p>Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны</p>	<p>Чередование ходьбы мелким и широким шагом (через лужицы)</p>	<p>Обычный бег в колонне в чередовании с бегом широким шагом (по волчьему)</p>	<p>«Мы сильные» (с гантелями)</p>	<p>Ходьба по наклонному бревну с перешагиванием через предметы (кирпичики)</p>	<p>Прыжки с скакалкой</p>	<p>Бросание мяча двумя руками в цель (расстояние 1 м)</p>	<p>Лазание по лестнице стремянке</p>	<p>«Поймай комара»</p>

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

IV. «В гости к трем поросятам»	Нахождение своего места в колонне, в шеренге, в кругу	Чередование ходьбы в парах по кругу ходьбой враспыну по залу	Чередование бега в парах по кругу, взявшись за руки с бегом враспыну по залу	С шишками	Ходьба по наклонному бревну перешагивая ни ем через предметы (кирпичики)	Прыжки с короткой скакалкой	Бросание мяча вверх попытка поймать его	Лазание по лестнице истремянке (3)	«Жуки»
<b>МАЙ</b>									
I. «Волшебная палочка»	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба по профилактической дорожке	Бег с дополнительным заданием: догонять убегающего	Упражнения с палками	Ходьба по наклонному буму	Прямой галоп	Бросание мяча вверх и ловля его	Вползание на невысокую гору, опираясь на колени помогая себе руками	Перебрасывание мяча через невысокие предметы
					(0)	(II)	(3)		

II. «Колобок»	Размыкание и смыкание при построении и обычным шагом	Ходьба по профилактической дорожке	Бег на «Колобок» скорость (до 15–20 м)		Ходьба по наклонному буму  (II)	Прямой галоп  (С)	Бросание мяча вверх и ловля его	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее  (О)	«Бросание мяча вперед»
------------------	--	------------------------------------	--	--	---------------------------------------	-------------------------	---------------------------------	--	------------------------

*Окончание табл.*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
III. «На рыбалку»	Повороты направо и налево переступанием	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Чередовать бег в колонне и друг за другом с бегом в рассыпную	«Рыбаки»	Ходьба по наклонному буму	Прыжки в высоту с места через шнур (высота 5 м)	Метание снарядов правой и левой рукой (2,5–5 м) (О)	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее (П)	«Рыбаки и рыбки»
IV. «В гостях у Гантелькина»	Повороты направо и налево переступанием	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Чередовать бег в колонне и друг за другом с бегом в рассыпную		«Упражнения Гантелькина»	Прыжки в высоту с места через шнур (высота 5 м)	Метание снарядов правой и левой рукой (2,5–5 м)	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее	«Прокати обруч»

### 3.3 Перечень методических пособий.

В учебно-методический комплект Программы входят следующие пособия:

Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» М.: Мозаика-синтез» 2010 г.

Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет»

Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»

А так же в учебно-методический комплект Программы входят следующие пособия: Бережнова О.В., Бойко В.В. Методические рекомендации к парциальной программе физического развития детей 3–7 лет «Малышикрепыши». — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бережнова О.В., Бойко В.В.

Бережнова О.В., Бойко В.В. Физическое развитие ребенка в семье. Методические рекомендации. — М.: ИД «Цветной мир», 2017. Бережнова О.В., Бойко В.В. Фольклорно-физкультурные праздники, досуги, развлечения в детском саду. Учебнометодическое пособие для педагогов. — М.: ИД «Цветной мир», 2017. Бойко В.В., Бережнова О.В. Учебно-методическое пособие для педагогов и родителей. — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бойко В.В., Бережнова О.В. Физическое развитие дошкольников. Вторая младшая группа. Методическое пособие к программе «Малыши-крепыши». — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бойко В.В., Бережнова О.В. Физическое развитие дошкольников. Средняя группа. Методическое пособие к программе «Малыши-крепыши». — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бойко В.В., Бережнова О.В. Физическое развитие дошкольников. Старшая группа. Методическое пособие к программе «Малыши-крепыши». — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бойко В.В., Бережнова О.В. Физическое развитие дошкольников. Подготовительная к школе группа. Методическое пособие к программе «Малыши-крепыши». — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Мой веселый звонкий мяч. Упражнения и игровые задания для дошкольников/ под ред. О.В. Бережновой, В.В. Бойко. — М.: ИД «Цветной мир», 2017. Подвижные игры в детском саду / под ред. О.В. Бережновой, В.В. Бойко. — М.: ИД «Цветной мир», 2017. Спортивные игры в детском саду и семье / под ред. О.В.

Бережновой, В.В. Бойко. — М.: ИД «Цветной мир», 2017

### 3.4 Организация предметно-развивающей среды

ФГОС предусматривает следующие требования к организации развивающей предметно-пространственной среде:

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства в

ДОУ, группы, а также территории, прилегающей к ДОУ, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:

- реализацию различных образовательных программ;
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; - учет возрастных особенностей детей.

4. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);

двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;

эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей. необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметнопространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональность материалов предполагает:

возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

наличие в Организации или Группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре);

наличие в Организации или Группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
- свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования. ДОО самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы. Развивающая предметно-пространственная среда в ДОО содержательна, насыщена, трансформируема, полифункциональна, вариативна, доступна и безопасна. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.