

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад № 46 «Одуванчик»
от 25.08.2021_№ 401

**Рабочая программа совместной деятельности
инструктора по физической культуре с детьми
в возрасте 3-7 года жизни
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №46 «Одуванчик»
города Димитровграда Ульяновской области
на 2021-2022 учебный год**

Разработчик программы:

Инструктор по физической культуре

Гайнуллина Наталья Владимировна, высшая квалификационная категория

ПРИНЯТА:
решением Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад
№46 « Одуванчик»
Протокол № 1
от 25.08.20212021

Содержание

№	Наименование разделов	страницы:
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3-72
1.1.	Обязательная часть	5-22
1.1.1.	Пояснительная записка	5
	Цели и задачи РП	5-6
	Принципы и подходы к формированию РП	6-9
	Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.	10-13
1.1.2.	Планируемые результаты	14-22
1.2.	Часть, формируемая участниками образовательного процесса	23-26
1.2.1.	Пояснительная записка	24
	Цели и задачи реализации парциальных программ	24-25
	Принципы и подходы к реализации парциальных программ	25
	Приоритетные направления деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.	25-26
	Особенности осуществления образовательного процесса (национально-культурные, демографические, климатические и другие).	27
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	28-73
2.1.	Обязательная часть	28-59
2.1.1.	Общие положения	28-31
2.1.2.	Описание образовательной деятельности в соответствии с развитием ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	31
	Основные цели и задачи	32
	Содержание психолого-педагогической работы	33
	Связь образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями	33
	Формы образовательной деятельности «Физическое развитие»	31-47
2.1.3.	Взаимодействие взрослых с детьми	48-51
2.1.4.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников	51-59
2.2.	Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений. Приоритетные направления в деятельности образовательного учреждения	59-73
2.2.1.	Особенности образовательной деятельности ДООУ	59-73
	Особенности организации образовательного процесса в группах старшего возраста	59-60
	Приоритетное направление в деятельности образовательного учреждения	60-66
	Содержание, формы образовательной работы по освоению парциальной программы «Из детства - в отрочество»	66-73
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	74-151
3.1.	Обязательная часть	75-140
3.1.1.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	75-78
3.1.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	78-80
3.1.3.	Кадровые условия реализации РП	80
3.1.4.	Материально-техническое обеспечение РП	80-83
3.1.5.	Планирование образовательной деятельности	83-138
3.1.6.	Режим дня и распорядок	139-140
3.2.	Часть, формируемая участниками образовательного процесса	141-151
3.2.1.	Особенности взаимодействия специалистов ДООУ	141-142
3.2.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	143-145
3.2.3.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	146-149
3.3.	Перечень нормативных и нормативно-методических документов	150
3.4.	Перечень литературных источников	151-152

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1.1. Пояснительная записка.

Цели и задачи реализации РП

Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка - это основа формирования личности - в этом заключается основная направленность программы. Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребёнка, его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью работы нашего дошкольного учреждения. Рабочая программа разработана на основе общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Данная программа описывает педагогическую работу для детей дошкольного возраста. Реализация данной программы проводится в процессе образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и самостоятельной деятельности детей.

Работа по освоению учебной программы проводится инструктором по физической культуре в следующих возрастных группах: средняя группа, старшая группа, подготовительная группа.

Цель:

Создание условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Охрана здоровья детей и формирование культуры здоровья.

Задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Физическое развитие.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
- Приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- приобретение опыта в видах деятельности детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Педагогическая работа в детском саду строится в соответствии с примерной основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой-М.: Мозаика-Синтез, 2015 и парциальной программы: • «Из детства - в отрочество». Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 3-7 лет» Под ред. Т.Н. Дороновой 2002 для организации образовательной работы в рамках реализации ООП ДОУ в образовательной области «Физическое развитие» для детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств (работой охвачены 12 детей из старших и подготовительных групп ДОУ)

Задачи физического развития - Приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

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

При решении поставленных в Программе задач педагогический коллектив выстраивает систему воспитательно-

образовательной работы и создает условия, направленные на достижение детьми целевых ориентиров.

Задачи ДОУ на 2021-2022 учебный год

1. Реализация образовательной области «Физическое развитие». Развитие психофизических качеств (ловкости, силы, быстроты, выносливости, гибкости), координации движений, совершенствование основных движений дошкольников в процессе повышения эффективности работы педагогического коллектива в организации различных форм и методов двигательной активности детей.
2. Реализация образовательной области «Познавательное развитие». Формировании элементарных знаний дошкольников о пространстве и элементарных навыков ориентации, необходимые для подготовки к школе. Расширить и закрепить пространственные представления в процессе всех видов деятельности. Использование логических приемов мышления при формировании пространственных представлений у дошкольников.
3. Реализация образовательной области «Развитие речи». Продолжать работу по развитию активной речи детей в различных видах деятельности и практическому овладению нормами русского языка, по воспитанию уважительного отношения детей к родному языку с помощью использования в воспитательно - образовательном процессе коммуникативно-деятельностного подхода и инновационных технологий речевого развития.
4. Реализация образовательной области «Социально-коммуникативное развитие». Формированию у детей морально-патриотического чувства, патриотического мировоззрения через систему работы по ознакомлению с родным краем, воспитание любви к своей семье, родному городу. Продолжать работу с детьми по формированию любви к малой Родине. Развивать их любознательность, расширять кругозор, воспитывать интерес к истории родного города. Совершенствовать систему патриотического воспитания дошкольников через использование технологий музейной педагогики.

Принципы и подходы к формированию РП.

В соответствии со Стандартом РП построена на следующих принципах:

1. **Поддержка разнообразия детства.** Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей, религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации - государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения. Принимая вызовы современного мира, РП рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация 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. Самоценность детства - понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, 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. РП 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. РП предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).

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.

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 социальнокоммуникативное, 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: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

12. *Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.* Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою основную образовательную программу и которые для нее являются научно-методическими опорами в современном мире разнообразия и неопределенности. При этом Программа оставляет за Организацией 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.

Программа строится на следующих методологических подходах:

1. **Качественный подход** (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи.

2. **Генетический подход** (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка. Психика имеет логику своего развития: более поздние структуры возникают в филогенезе и онтогенезе в результате качественного преобразования более ранних структур.

3. **Возрастной подход** (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка. Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое

развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

4. **Культурно-исторический подход** (Л.С.Выготский) к развитию психики человека. Культурно-исторический подход к развитию психики человека, предложенный Л.С.Выготским, рассматривает формирование психики в онтогенезе как феномен культурного происхождения. Культурно-исторический подход Л.С.Выготского наиболее полно отражает качественный подход к развитию ребенка. В рамках этого подхода развитие определяется как «...процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях» (Л.С.Выготский, 1956).

5. **Личностный подход** (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка. Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие. Исходит из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

6. **Деятельностный подход** (А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец, В.В.Давыдов) к проблеме развития психики ребенка. В рамках деятельностного подхода деятельность наравне с обучением рассматривается как движущая сила психического развития. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования.

7. **Средовой подход** предусматривающий использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка. Например, под внешней средой понимается всё социокультурное окружение воспитанника образовательного учреждения, которое может быть охарактеризовано понятием жизнедеятельности сообщества на определенной территории. Элементами социокультурной среды могут быть: учреждения культуры (библиотеки, музеи, театры и т. д.); учреждения дополнительного образования, клубы по интересам, досуговые центры; средства массовой информации и коммуникации. Внутренняя (или образовательная) среда рассматривается как пространство, окружение, условия, в которых существует, функционирует и удовлетворяет свои образовательные потребности каждый воспитанник.

Значимые характеристики, в том числе особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста. Общие сведения о контингенте воспитанников, работников, родителей.

Основные участники реализации программы: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Характеристика особенностей детей раннего и дошкольного возраста

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты её развития на последующих этапах жизненного пути человека.

Работа по освоению детьми учебной программы проводится инструктором по физической культуре в 8 группах, в которых воспитывается _____ **ребенка:**

Характеристика особенностей детей

РП обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и социальной ситуации развития. Вместе их можно представить в виде закономерностей развития дошкольников, обобщив исследования А.В. Запорожца, В.И. Лебединского, Д.Б. Эльконина, Д.И. Фельдштейна и др.:

— изменение детерминанта, взаимосвязи и соотношения биологических и социальных факторов развития на разных этапах и стадиях развития 1 при сохранении такого качества, как пластичность нервной системы и психики ребенка;

— стадийность и опосредованность развития ребенка социальной ситуацией, ведущей деятельностью и формой общения со взрослыми;

— гетерохронность (неравномерность) развития психических процессов, их социальная опосредованность заложенными в культуре способами ориентировки и взаимодействия с первыми педагогами (родителями и воспитателями) и сверстниками;

— дифференциация и интеграция психических процессов, свойств и качеств, функциональных систем, связанных

с произвольной организацией деятельности ребенка;

- наличие сензитивных периодов развития для тех или иных психических процессов и форм общения со взрослыми и сверстниками, способностей ребенка и его компетенций, интегральных качеств личности;
- амплификация (обогащение) детского развития за счет формирования системы ориентировок в окружающем мире и расширения способов переживания, познания и преобразования, изменения смыслов педагогического взаимодействия;
- скачкообразность развития, обусловленная характером формирования психологических новообразований и освоения социальной позиции, противоречием между тем, что ребенок хочет и может, и тем, что мог и хотел в освоенном периоде развития;
- подготовка на каждом возрастном этапе условий для освоения новых видов деятельности, форм и способов взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, новой социальной позиции (от адаптации и социализации к самоутверждению и индивидуализации).

Закономерности развития дошкольника



Рассматривая законы и закономерности развития и их взаимосвязь с воспитанием и обучением, можно констатировать, что они выступают звеньями единого процесса становления психики и личности ребенка. С.Л. Рубинштейн писал: «Ребенок не созревает сначала и затем воспитывается и обучается, то есть под руководством взрослых осваивая то содержание культуры, которое создало человечество; ребенок не развивается и воспитывается, а развиваются, воспитываясь и обучаясь, т.е. само созревание и развитие ребенка в ходе обучения и воспитания не только проявляется, но и совершается». В этом заключается еще один из основных законов развития. Роль пассивного взаимодействия снижается с возрастом, стимулирующее взаимодействие сохраняется, а активное — возрастает. Большую роль в этом играет организация развивающего взаимодействия взрослого и ребенка в тех видах деятельности, которые признаются ведущими для определенного возрастного этапа. Во ФГОС ДО они описываются следующим образом:

• **для детей дошкольного возраста** (3 года — 8 лет) - ряд видов деятельности, таких как:

- игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и др,
- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками),
- познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними),
- изобразительная (рисование, лепка, аппликация),
- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах),
- двигательная (овладение основными движениями),
- восприятие художественной литературы и фольклора,
- самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице),
- конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал.

Другой особенностью организации развивающего взаимодействия в рамках образовательной программы детского сада выступает отражение в ней следующих аспектов образовательной среды для ребенка:

- предметно-пространственная развивающая образовательная среда;
- характер взаимодействия со взрослыми;
- характер взаимодействия с другими детьми;

система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Характеристика возрастных особенностей развития детей средней группы (от 4 до 5 лет)

В этом возрасте продолжается рост всех органов и физиологических систем, сохраняется высокая потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребёнка, неспособность завершить её по первому требованию, совершение действий, направленных на достижение отдалённого результата привлекательно, в основном, в случае интереса. Появляется способность к регуляции двигательной активности. Совершенствуются основные нервные процессы, улучшается их подвижность. В движении появляется слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Происходит совершенствование приобретённых ранее двигательных качеств и способностей: ловкости,

выносливости, гибкости, координации.

У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей.

У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определённые интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

У детей начинает формироваться способность контролировать свои эмоции в движении, чему способствует освоение ими языка эмоций (гаммы переживаний, настроений).

Характеристика возрастных особенностей развития детей старшей группы (от 5 до 6 лет)

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития не одинаковы. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается. Позвоночный столб ребенка 5-7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. У детей 5-7 лет наблюдается незавершенность строения стопы. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения в основных видах движений дети данного возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя. У детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно, по сравнению с предыдущим возрастным контингентом, ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает. В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности».

Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью детей с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамии и активизации ребят, предпочитающих «сидячие» игры.

Характеристика возрастных особенностей развития детей подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Проявляются волевые усилия, стремление добиться хорошего результата. Совершенствуются ходьба, бег. Умеют держать правильную осанку. Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, четко метать различные предметы в цель. Вырабатывается эстетическое отношение к движениям. По собственной инициативе организуют подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе подвижных игр и физических упражнений. Не смотря на это, мальчики и девочки стремятся к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам, и длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели в соответствии с принятыми на себя ролями и подчиняясь правилам игры. Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

Более развиты мышцы, обеспечивающие вертикальное положение тела, ходьбу, бег. Все крупные мышцы туловища и конечностей отличаются слабым развитием связочных отделов.

1.1.2.

Планируемые результаты

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка. Основные характеристики развития ребенка представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

В соответствии с периодизацией психического развития ребенка, принятой в культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста детства: младенческий (первое и второе полугодия жизни),

ранний (от 1 года до 3 лет) и дошкольный возраст (от 3 до 7 лет).

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой.
- Ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони.
- Принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
- Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- Ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Лазать по гимнастической стенке, с изменением темпа, перелезая с одного пролета на другой.
- Ползать разными способами, с перелезанием через несколько предметов, пролезание в обруч разными способами.
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 20 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см, с разбега 100 см, в высоту с разбега - не менее 30-40 см; прыгать через короткую скакалку, вращая её вперед и назад, через длинную скакалку, неподвижную и вращающуюся.
- Бросать мяч вверх и ловить после хлопков, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, метать предметы на дальность 5-9 м, отбивать мяч о землю (пол) с продвижением вперед на расстояние 5-6 м.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу, перестроение в колонну по двое, по трое, размыкание в колонне и шеренге.
- Скользить с разбега по ледяным дорожкам, приседая и вставая во время скольжения.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
- Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

- Выполнять правильно все виды основных движений
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега 110 -140 см, в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 8-11 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.
- Выполнять различные виды перестроений. Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Сохранять правильную осанку.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 1,5 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

1.1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по РП

Оценивание качества образовательной деятельности, осуществляемой Организацией по РП, представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее совершенствование.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также Стандарта, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Оценивание качества, т. е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой Организацией, заданным требованиям Стандарта и РП в дошкольном образовании направлено в первую очередь на оценивание созданных Организацией условий в процессе образовательной деятельности.

Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная РП, предполагает оценивание *качества условий образовательной деятельности*, обеспечиваемых Организацией, включая психолого-педагогические, кадровые, материально-технические, финансовые, информационно-методические, управление Организацией и т. д..

Программой не предусматривается оценивание качества образовательной деятельности Организации на основе

достижения детьми планируемых результатов освоения РП. Целевые ориентиры, представленные в Программе:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

РП предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития ребенка;
- различные шкалы индивидуального развития.

В соответствии со Стандартом и принципами Программы оценка качества образовательной деятельности по Программе:

- 1) поддерживает ценности развития и позитивной социализации ребенка дошкольного возраста;
- 2) учитывает факт разнообразия путей развития ребенка в условиях современного постиндустриального общества;
- 3) ориентирует систему дошкольного образования на поддержку вариативности используемых образовательных программ и организационных форм дошкольного образования;
- 4) обеспечивает выбор методов и инструментов оценивания для семьи, образовательной организации и для педагогов Организации в соответствии:
 - с разнообразием вариантов развития ребенка в дошкольном детстве,
 - разнообразием вариантов образовательной среды,
 - разнообразием местных условий в разных регионах и муниципальных образованиях Российской Федерации;
- 5) представляет собой основу для развивающего управления программами дошкольного образования на уровне Организации, учредителя, региона, страны, обеспечивая тем самым качество основных образовательных программ дошкольного образования в разных условиях их реализации в масштабах всей страны.

Система оценки качества реализации программ дошкольного образования на уровне Организации обеспечивает участие всех участников образовательных отношений и в то же время выполняет свою основную задачу - обеспечивать развитие системы дошкольного образования в соответствии с принципами и требованиями Стандарта.

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

- диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе;
- внутренняя оценка, самооценка Организации;
- внешняя оценка Организации, в том числе независимая профессиональная и общественная оценка.

На уровне образовательной организации система оценки качества реализации РП решает **задачи**:

- повышения качества реализации программы дошкольного образования;
- реализации требований Стандарта к структуре, условиям и целевым ориентирам основной образовательной программы дошкольной организации;
- обеспечения объективной экспертизы деятельности Организации в процессе оценки качества программы дошкольного образования;
- задания ориентиров педагогам в их профессиональной деятельности и перспектив развития самой Организации;
- создания оснований преемственности между дошкольным и начальным общим образованием.

Важнейшим элементом системы обеспечения качества дошкольного образования в Организации является оценка качества психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы, и именно психолого-педагогические условия являются основным предметом оценки в предлагаемой системе оценки качества образования на уровне Организации. Это позволяет выстроить систему оценки и повышения качества вариативного, развивающего дошкольного образования в соответствии со Стандартом посредством экспертизы условий реализации РП.

Ключевым уровнем оценки является уровень образовательного процесса, в котором непосредственно участвует ребенок, его семья и педагогический коллектив Организации.

Система оценки качества предоставляет педагогам и администрации Организации материал для рефлексии своей деятельности и для серьезной работы над РП, которую они реализуют. Результаты оценивания качества образовательной деятельности формируют доказательную основу для изменений основной образовательной программы, корректировки образовательного процесса и условий образовательной деятельности.

Важную роль в системе оценки качества образовательной деятельности играют также семьи воспитанников и другие субъекты образовательных отношений, участвующие в оценивании образовательной деятельности Организации,

предоставляя обратную связь о качестве образовательных процессов Организации.

Система оценки качества дошкольного образования:

-сфокусирована на **оценивании психолого-педагогических и других условий реализации основной образовательной программы ДОУ в пяти образовательных областях**, определенных Стандартом;

- учитывает **образовательные предпочтения и удовлетворенность** дошкольным образованием со стороны **семьи ребенка**;

- **исключает** использование **оценки индивидуального развития ребенка в контексте оценки работы ДОУ**;

- исключает унификацию и **поддерживает вариативность** программ, форм и методов дошкольного образования;

- способствует **открытости** по отношению к ожиданиям ребенка, семьи, педагогов, общества и государства;

- включает как **оценку педагогами ДОУ собственной работы, так и независимую профессиональную и общественную оценку** условий образовательной деятельности в дошкольной организации;

- использует единые **инструменты, оценивающие условия реализации программы** в ДОУ, как для самоанализа, так и для внешнего оценивания.

Педагогическая диагностика

Требования федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования (Программы) заданы как целевые ориентиры- социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Вместе с тем Стандарт оговаривает, что при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей.

Реализация программы «От рождения до школы» предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках

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

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия. Карты наблюдений детского развития с рекомендациями по выстраиванию индивидуальной траектории развития каждого ребенка по всем возрастам заполняются и находятся у педагога.

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

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

Цель: получение полных информативных данных об индивидуальных особенностях физического развития детей, которые будут положены в основу разработки индивидуальных образовательных маршрутов воспитанников

Тест 1. Нормативы для оценки результатов в беге на 10 метров(с)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	Низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	>3.8	3.8-3.6	3.5-3.2	3.1-2.8	<2.7
4	>3.5	3.5-3.3	3.2-2.9	2.8-2.5	<2.4
5	>3.3	3.3-3.0	2.9-2.6	2.5-2.3	<2.3
6	>3.1	3.1-2.8	2.7-2.4	2.3-2.1	<2.1
7	>2.9	2.9-2.6	2.5-2.3	2.2-2.0	<1.9

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	Низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	>4.0	4.0-3.7	3.6-3.3	3.2-2.9	<2.9
4	>3.8	3.8-3.5	3.4-3.1	3.0-2.7	<2.7
5	>3.6	3.6-3.3	3.2-2.9	2.8-2.5	<2.5
6	>3.3	3.3-3.0	2.9-2.6	2.5-2.3	<2.3
7	>3.0	3.0-2.8	2.7-2.4	2.3-2.0	<2.0

Тест 2. Нормативы для оценки результатов в беге на 30 метров (с)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	>12.8	12.8-11.5	11.4-9.6	9.5-8.5	<8.5
4	>12.2	12.2-11.2	11.1-9.3	9.2-8.2	<8.2

5	>10.2	10.2-9.6	9.5-8.5	8.4-7.8	<7.8
6	>9.6	9.6-9.0	8.9-7.7	7.6-6.9	<6.9
7	>8.7	8.7-8.0	7.9-7.2	7.1-6.5	<6.5

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	>13.0	13.0-11.7	11.6-9.8	9.7-8.8	<8.8
4	>12.3	12.3-11.3	11.2-9.4	9.3-8.4	<8.4
5	>10.5	10.5-9.9	9.8-8.6	8.5-7.9	<7.9
6	>9.7	9.7-9.0	8.9-8.1	8.0-7.6	<7.6
7	>8.8	8.8-8.3	8.2-7.2	7.1-6.6	<6.6

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<35	35-46	47-58	59-65	>65
4	<47	47-57	58-75	76-86	>86
5	<62	62-74	75-95	96-108	>108
6	<85	85-99	100-120	121-125	>125
7	<96	96-105	106-123	124-135	>135

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<30	30-41	42-52	53-60	>60
4	<42	42-51	52-69	70-79	>79
5	<62	62-72	73-90	91-101	>101
6	<80	80-90	91-109	110-120	>120
7	<84	84-98	99-120	121-132	>132

Тест 4. Нормативы для оценки результатов метания набивного мяча 1 кг на дальность (см)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<80	80-100	101-120	121-140	>140
4	<116	116-130	131-160	161-185	>185
5	<186	186-210	211-240	241-270	>270
6	<220	220-250	251-280	281-304	>304
7	<240	240-280	281-320	321-360	>360

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<60	60-80	81-100	101-120	>120
4	<96	96-120	121-150	151-178	>178
5	<137	137-160	161-190	191-221	>221
6	<155	155-190	191-220	221-256	>256
7	<241	241-260	261-290	291-311	>311

Тест 5. Нормативы для оценки результатов метания мешочка на дальность правой рукой (см)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<180	180-240	241-300	301-360	>360
4	<250	250-410	411-480	481-550	>550
5	<390	390-500	501-620	621-750	>750
6	<440	440-580	581-800	801-980	>980
7	<600	600-800	801-1000	1000-1200	>1200

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<150	150-170	171-200	201-230	>230
4	<240	240-330	331-430	431-520	>520
5	<390	390-500	501-620	621-750	>750
6	<440	440-580	581-800	801-980	>980
7	<550	550-700	701-900	901-1100	>1100

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<150	150-200	201-250	251-300	>300
4	<200	200-300	301-400	401-470	>470
5	<300	300-400	401-500	501-600	>600
6	<400	400-500	501-590	591-650	>650
7	<500	500-670	671-800	801-1000	>1000

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<130	130-150	151-170	171-190	>190
4	<180	180-240	241-300	301-370	>370
5	<250	250-320	321-390	391-450	>450
6	<300	300-390	391-480	481-570	>570
7	<400	400-550	551-700	701-800	>800

Тест 7. Нормативы для оценки результатов в наклоне вперед (см)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<-6	-6-(-3)	-2-3	4-7	>7
4	<-2	-2-0	1-5	6-8	>8
5	<-1	0-1	2-6	7-9	>9
6	<1	1-2	3-7	8-10	>10
7	<2	2-3	4-8	9-11	>11

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	<-2	-2-0	1-5	6-8	>8
4	<0	0-2	3-7	8-10	>10
5	<1	1-3	4-8	9-11	>11
6	<2	2-4	5-9	10-13	>13
7	<4	4-8	9-14	15-18	>18

Тест 8. Нормативы для оценки результатов сгибания туловища. (количество раз)

Мальчики

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	0	1-2	3-5	6-10	>11
4	<2	2-5	6-14	15-18	>18
5	<3	3-6	7-16	17-20	>20
6	<6	6-8	9-19	20-22	>22
7	<9	9-12	13-22	23-26	>26

Девочки

Возраст (годы)	Уровни физической подготовленности и оценка				
	низкий	Ниже средн.	средний	Выше средн.	высокий
3	0	1-2	3-4	5-8	>8
4	<1	1-3	4-10	11-14	>14
5	<2	2-4	5-13	14-16	>16
6	<6	6-8	9-17	18-20	>20
7	<8	8-10	11-20	21-23	>23

1.2. Часть, формируемая участниками образовательного процесса

1.2.1. Пояснительная записка

При организации образовательного процесса в ДОУ учитывается актуальная проблема сохранения и укрепления здоровья, в настоящее время являющаяся серьёзной государственной проблемой. За последнее десятилетие число абсолютно здоровых детей в дошкольном возрасте уменьшилось в три раза и составляет 5-6%. Отмечается стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний. Так как статистические данные свидетельствуют об ухудшении состояния здоровья детей дошкольного возраста, оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом и детским садом.

Необходимость сохранения и укрепления здоровья современных детей ДОУ учитывает при организации системы оздоровительной работы.

Поэтому в нашем ДОУ организована образовательная работа в рамках реализации ООП ДОУ в образовательной области «Физическое развитие» для детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств, отстающих в физической подготовке от сверстников. Работа осуществляется на основе программы из «Из детства - в отрочество» под редакцией Т.И.Дороновой, которая рассматривает пути приобщения дошкольников к физической культуре, как части общечеловеческой культуры, включающей в себя опыт рационального выполнения физических упражнений.

Разучивание физических упражнений представлено не как самоцель и направлено не только на развитие и укрепление систем организма. Особое внимание уделяется реализации принципа осознанности при овладении движениями, выработке умения рационально пользоваться движениями для решения двигательных задач с учетом условий жизни и игры, а также для развития способностей детей.

Основными целями и задачами образовательной работы в рамках реализации ООП ДОУ в образовательной области «Физическое развитие» для детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств, осуществляемой на основе программы из «Из детства - в отрочество» под редакцией Т.И.Дороновой, являются:

- наряду с осуществлением целенаправленных оздоровительных мероприятий повышать тренированность организма детей:
- развивать способность к удержанию статических поз и поддержанию правильного положения позвоночного столба в положении стоя и сидя:
- обеспечить систематическую тренировку мелкой мускулатуры, тонких движений рук: -повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма в области образовательной работы:
- приучать детей самостоятельно находить ошибки в выполнении знакомых движений и пути их исправления:
- побуждать детей к созданию вариантов выполнения различных ранее разученных движений и определять условия их применения:
- формировать умение менять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения:
- развивать выразительность двигательных действий:
- приучать детей использовать освоенные общие положения при выполнении движений в новых условиях (на прогулках за пределы участка детского сада); выбирать наиболее пригодный способ действий;
- содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости;
- побуждать детей к применению знаний о функционировании различных органов и систем для самоконтроля за выполнением физических упражнений и самооценки своего двигательного поведения или удержания поз;
- побуждать детей к проявлению активности при организации двигательной деятельности; -поддерживать и развивать у детей интерес к подвижным играм, организуемым сверстниками, и создавать базу для развития организаторских способностей;
- обеспечивать условия для проявления самостоятельности как в организованных взрослыми формах двигательной деятельности в соответствии с обстановкой (в группе, на участке, в зале, на полянке и т.д.)

Принципы и подходы к реализации парциальной программы РП из «Из детства - в отрочество» под редакцией Т.И.Дороновой, на основе которой осуществляется образовательная работа по образовательной области «Физическое развитие» для детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств, организованная в рамках реализации ООП ДОУ, базируется на общих педагогических принципах:

- принцип сознательности и активности - предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях физической культурой;
- принцип наглядности - предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений и их совершенствование;
- принцип доступности - предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- принцип индивидуального подхода - обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка

в процессе обучения;

- принцип постепенности в повышении требований - предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка движений, физических упражнений - от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

В Программе учитываются следующие **подходы**:

- 1) **личностно-ориентированный подход** - ставит в центр образовательной системы личность ребенка, развитие его индивидуальных способностей. В рамках личностно ориентированного подхода перед педагогом стоят следующие задачи - помочь ребенку в осознании себя личностью, выявление, раскрытие его творческих возможностей, способствующих становлению самосознания и обеспечивающих возможность самореализации и самоутверждения.
- 2) **деятельностный подход** - предполагает, что в основе развития ребенка лежит не пассивное созерцание окружающей действительности, а активное и непрерывное взаимодействие с ней. Совместная деятельность ребенка и взрослого выстраивается на основе сотрудничества, ребенок, если и не равен, то равноценен взрослому и активен не менее взрослого.

Приоритетные направления деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования является физическое развитие воспитанников ДОО

Приоритетное направление- физическое развитие воспитанников осуществляется на основе реализации примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - 3-е изд., испр. И доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015г., а также парциальной программы «Из детства в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4 - 7 лет» под ред. Т.Н. Дорониной. - М.: Просвещение, 2002

Педагогический коллектив ДОО использует данную программу с целью усиления физкультурно-оздоровительного направления в работе с детьми старшего дошкольного возраста ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств по физическому воспитанию, так как в этой программе работа по физической культуре с детьми направлена не только на развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, гибкость, быстрота реакции, координация), но и на формирование осознанного отношения к выполнению движений, умения действовать целесообразно в различных ситуациях. Программа содержит определенный подбор игр и физических упражнений, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

Приоритет ДОО обеспечивает:

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания

При осуществлении летней оздоровительной работы в ДОО коллектив придерживается следующих принципов:

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- интеграция программы профилактики закаливания в семью;
- повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДОО санитарных норм и правил, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима.

Педагогический коллектив ДОО поставил следующие задачи для реализации в образовательном процессе ДОО, обеспечивающие физическое развитие дошкольников:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.
2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.
3. Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.

Огромное значение придают педагоги детского сада организации окружающей среды, способствующей оптимальному развитию физических качеств, формированию основ здорового образа жизни. Для физического развития и сохранения здоровья детей в ДОО создана эффективная развивающая предметно-пространственная среда: оформлены центры

физического развития и формирования представлений о здоровом образе жизни детей в группах, в физкультурном зале, на спортивной площадке и прогулочных участках групп ДООУ.

Система педагогического воздействия направлена также на физическое развитие детей. В совместной деятельности с воспитателем и самостоятельно дети осваивают не только физические навыки и умения, но и овладевают способами сохранения и укрепления своего здоровья, приобщаясь к основам здорового образа жизни. Возможность самостоятельной организации детьми разнообразной двигательной деятельности обусловлена созданием в дошкольном учреждении развивающей среды в группах.

В систему физического развития детей педагоги включают не только образовательную деятельность физкультурного цикла - НООД по физической культуре, утреннюю гимнастику, гимнастики- побудки, закаливание, двигательную активность на прогулке, физкультурные досуги и праздник но и другие виды образовательной деятельности, в которых представлена двигательная и оздоровительная деятельность ребёнка: изобразительная деятельность, музыкальное воспитание, познавательное развитие (по задачам формирования представлений о здоровом образе жизни).

Особенности осуществления образовательного процесса (национально- культурные, демографические, климатические и другие)

Климатические особенности.

МБДОУ «Детский сад №46 «Одуванчик» расположен в городе Димитровграде Ульяновской области в умеренной климатической зоне с умеренно - континентальным климатом, характеризующийся отчетливо выраженными сезонами года. Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов: холодный период: учебный год (сентябрь-апрель), составляется определенный режим дня и расписание организованных образовательных форм летний период (июнь-август), для которого составляется другой режим дня. Детский сад расположен не далеко от лесной зоны, поэтому в рамках экологического образования проводятся экскурсии в лес с целью ознакомления и изучения его обитателей в соответствии с сезоном.

При проектировании содержания Образовательной программы учитываются специфические климатические особенности региона, к которому относится Ульяновская область: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т.д. Эти факторы с необходимостью учитываются при составлении перспективно-тематического годового плана психолого-педагогической работы в ДООУ.

На НОД по физическому развитию, дети занимаются: в холодный период в спортивном зале ДООУ, в летний период на спортивной площадке, полосе препятствий, на тропе здоровья.

Национальные особенности образовательного процесса.

Обучение и воспитание в ДООУ осуществляется на русском языке (в соответствии с Уставом ДООУ)

При организации образовательного процесса в ДООУ с необходимостью учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. При проведении физкультурных досугов и праздников предусмотрено знакомство с обычаями и народными играми разных народов и национальностей.

Так как большинство детей русских, то в ДООУ нет необходимости в создании национальных групп, а так же клубов для родителей.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Обязательная часть

Общие положения

В содержательном разделе представлены: описание модулей образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях: социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической и физического развития, с учетом используемых вариативных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания;

- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов;

- коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья, описывающая образовательную деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренную Программой.

В соответствии с положениями Стандарта и принципами РП использует право выбора способов реализации образовательной деятельности в зависимости от конкретных условий, предпочтений педагогического коллектива и других участников образовательных отношений, а также с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их индивидуальных потребностей и интересов. При организации образовательной деятельности по направлениям, обозначенным образовательными областями, педагоги следуют принципам РП, в частности принципам поддержки разнообразия детства, индивидуализации дошкольного образования, возрастной адекватности образования и другим. Определяя содержание образовательной деятельности в соответствии с этими принципами, принимается во внимание разнообразие интересов и мотивов детей, значительные индивидуальные различия между детьми, неравномерность формирования разных способностей у ребенка, а также особенности социокультурной среды, в которой проживают семьи воспитанников, и особенности места расположения ДОУ.

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению РП осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса — совместной деятельности педагога и детей и самостоятельной деятельности детей. Решение образовательных задач в рамках первой модели — совместной деятельности педагога и детей — осуществляется как в виде непосредственно организованной образовательной деятельности (не сопряженной с одновременным выполнением педагогами функций по присмотру и уходу за детьми), так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно - исследовательской, продуктивной, музыкально - художественной, чтения художественной литературы) и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми — утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.).

Объем образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является примерным. Дозирование нагрузки - условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях, но не превышает установленных норм эпидемиологическими правилами и нормативами (СанПиН). Объем самостоятельной деятельности как свободной деятельности воспитанников в условиях созданной педагогами развивающей предметно-пространственной среды по каждой возрастной группе, также соответствует требованиям действующего СанПиНа (3-4ч в день для всех возрастных групп полного дня).

РП предусматривает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра, но при проектировании воспитательнообразовательного процесса учитываются все виды детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, двигательная, чтение художественной литературы, художественно-эстетическая деятельность, продуктивная, трудовая, осуществляемой в ходе режимных моментов.

Структура образовательного процесса.

Учебный день делится на три блока:

- 1) **утренний развивающий блок** — продолжительность с 7.00 до 9.00-9.20 часов, с 9.20 - 11.00 до 11.30-12.50 часов (в зависимости от возраста) включает в себя совместную деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности и режимных моментах группе и на прогулке.
- 2) **образовательный блок** — продолжительность с 9.00-9.20 до 9.10-10.50 часов (в зависимости от возраста) - представляет собой организованное обучение в форме непосредственно организованной образовательной деятельности
- 3) **вечерний блок** — продолжительность с 15.00 до 17.00 часов — включает в себя:
 - непосредственно организованную образовательную деятельность познавательного, художественно-

эстетического и физкультурно-оздоровительного направления с детьми раннего возраста

- совместную деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности и режимных моментах
- свободную самостоятельную деятельность детей в группе и на прогулке
- индивидуально - подгрупповую работу с детьми воспитателя

Реализация программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Формы, способы и методы реализации программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов разных видах детской деятельности.

Познавательно-исследовательская	
Самообслуживание и элементарный бытовой труд (трудовая)	
Коммуникативная	
Восприятие художественной литературы и фольклора	
музыкальная	
Двигательная	

Решение задач развития детей в пяти образовательных областях: социально - коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической и области физического развития направлено на приобретение опыта в следующих видах деятельности:

- двигательной, в том числе в основных движениях (ходьбе, беге, прыжках, лазанье и др.), а также при катании на самокате, санках, велосипеде, ходьбе на лыжах, в спортивных играх;
- игровой (сюжетной игры, в том числе сюжетно-ролевой, режиссёрской и игры с правилами);
- коммуникативной (конструктивного общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками, устной речью как основным средством общения);
- познавательно-исследовательской (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними);
- восприятия художественной литературы и фольклора;
- элементарной трудовой деятельности (самообслуживания, бытового труда, дежурства);
- конструирования из различных материалов (строительного материала, конструкторов, модулей, бумаги, природного материала и т.д.);
- изобразительной (рисования, лепки, аппликации);
- музыкальной (пения, музыкально-ритмических движений, игры на детских музыкальных инструментах).

Содержание образовательной работы обеспечивает развитие первичных представлений:

- о себе, других людях, социальных нормах и культурных традициях общения, объектах окружающего мира (предметах, явлениях, отношениях);
- о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.);
- о планете Земля как общем доме людей, об особенностях её природы, многообразии культур стран и народов мира.

Благодаря этому через образовательную РП возможна реализация:

- особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик;
- способов и направлений поддержки детской инициативы;
- особенностей взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

2.1.2.Описание образовательной деятельности в соответствии с развитием ребенка, в образовательной области «Физическое развитие».

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Реализация РП обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации РП, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Примером вариативных форм, способов, методов организации образовательной деятельности могут служить такие формы как: образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, в том числе свободная игра, игра-исследование, ролевая, и др. виды игр, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой; проекты различной направленности, прежде всего исследовательские; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала

режимных моментов. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно инициируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности.

Любые формы, способы, методы и средства реализации РП осуществляются с учетом базовых принципов Стандарта и раскрытых в разделе 1.1.2 принципов и подходов Программы, то есть должны обеспечивать активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно-развивающий характер взаимодействия и общения и др.

При подборе форм, методов, способов реализации РП для достижения планируемых результатов, описанных в Стандарте в форме целевых ориентиров и представленных в разделе 1.2. Программы, и развития в пяти образовательных областях необходимо учитывать общие характеристики возрастного развития детей и задачи развития для каждого возрастного периода.

00 «Физическое развитие»

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, 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.)» (см. пункт 2.6. ФГОС ДО).

В области физического развития ребенка основными **задачами образовательной деятельности** являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Социально-коммуникативное развитие	• Приобщать к ценностям физической культуры. • Формировать первичные представления о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях. • Приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. • Создать на НООД по Физической культуре педагогические ситуации и ситуации морального выбора, направленные на развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. • Накапливать двигательный опыт овладения навыками ухода за физкультурным инвентарем и оборудованием. • Формировать навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем.
------------------------------------	--

Познавательное развитие	- Активизировать мышление детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), - Использовать специальные упражнения на формирование элементарных математических представлений, ориентировку в пространстве во времени, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), - Совершенствовать навык построения конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), - Просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни.
Речевое развитие	- Упражнять в проговаривании действий и назывании упражнений, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. - Организовывать игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; - Проводить сюжетные НОД по Физической культуре на темы прочитанных сказок, потешек.
Художественно-эстетическое развитие	- Привлекать внимание дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, к оформлению помещений; использовать на НОД изготовленные детьми элементарные физкультурные пособия (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр - Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; - Проводить спортивные игры и соревнования под музыкальное сопровождение; - Развивать артистические способности в подвижных играх имитационного характера.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Содержание психолого-педагогической работы

Психолого-педагогическая работа по 00 «Физическое развитие» в группах дошкольного возраста (3-7 лет) организована в соответствии с задачами основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой по разделам «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни», «Физическая культура»[1, 131-137]

Связь образовательной области «Физическая культура» с другими образовательными областями

Формы образовательной деятельности (образовательная область «Физическое развитие»)

младший дошкольныйвозраст

Задачи	I половина дня			II половина дня			
	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в НОД	Совместная Деятельность с педагога с детьми в образовательной деятельности осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в т.ч. НОД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая двигательная деятельность с использованием развивающей среды	Взаимодействие с детьми

1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации). 2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). 3. Формирование у воспитанников в потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.	- Прием детей на воздухе в теплое время года - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - НОД по Физической культуре игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные,, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений. - Физкультпаузы в середине времени отведенного на непосредственную образовательную деятельность, физкультминутки в свободное время ее периодами	- Гигиенические процедуры - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны) - Комплекс упражнений закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком)	- Двигательная активность на прогулке Самостоятельные подвижные игры, - Игры на свежем воздухе, - Спортивные игры и занятия (катание на санках, велосипеда - Сюжетно ролевые игры - Игры-драматизации на темы физкультуры	- Физкультурные досуги - Физкультурные развлечения - Индивидуальная работа по физическому развитию - Ситуативный разговор - Беседа - Рассказ Интегративная деятельность - Проблемная ситуация - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация - Индивидуальная беседа с элементами движений	- Гимнастика после сна - Закаливание Ходьба по ребристым дорожкам, контрастные ножные ванны),	- Упражнения и подвижные игры во второй половине дня - Самостоятельная двигательная активность - Двигательная активность на прогулке в движении. подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Сюжетно-ролевые игры - Игры-драматизации на темы физкультуры	- Утренний фильтр, беседа с родителями -самочувствии ребенка - Индивидуальные консультации - Оформление родительских уголков на темы физкультурно-оздоровительной работы - Туристические прогулки; - физкультурные досуги - Дни здоровья; тематические досуги; праздники
--	---	---	---	---	---	---	---

Старший дошкольный возраст.

Задачи	I половина дня			II половина дня			Взаимодействие с семьями воспитанников
	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в т.ч. НООД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в т.ч. НОД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности и осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	
1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации). 2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.	- Прием детей на воздухе в теплое время года - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - НОД физической культурой игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений. - Физкультпаузы в середине времени отведенного на ноод, физкультминутки между ее периодами - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация - Игровая беседа с элементами движений - Контрольно-диагностическая деятельность	- Гигиенические процедуры - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны) - Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по дорожкам, контрастные ножные ванны),	- Двигательная активность на прогулке Самостоятельные подвижные игры, - Игры на свежем воздухе, - Спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.) Рассмотрение иллюстраций и книг о спорте и физкультуре - Сюжетно-ролевые игры - Игры-драматизации на темы спорта и физкультуры Продуктовая деятельность на темы физкультуры, здоровья и спорта	- Физкультуры и досуги - Физкультуры и праздники - Спортивные игры - Индивидуальная работа по физическому развитию - Ситуативный разговор - Беседа - Рассказ - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация	- Гимнастика после сна - Закаливание	- Упражнения и подвижные игры во второй половине дня - Самостоятельная двигательная активность - Двигательная активность на прогулке (подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Рассмотрение иллюстраций о спорте и физкультуре - Сюжетно-ролевые игры - Игры-драматизации на темы спорта и физкультуры - Продуктивная деятельность на темы физкультуры, здоровья и спорта	- Утренний фильтр, беседа с родителями о самочувствии ребенка - Индивидуальные консультации - Оформление родительских уголков на темы физкультурно-оздоровительной работы. - Туристические прогулки; - Физкультурные досуги - Спортивные праздники - Соревнования; - Дни здоровья; - Тематические досуги; праздники; - Экскурсии

Формы образовательной деятельности по формированию начальных представлений о ЗОЖ

младший дошкольный возраст

Задачи	I половина дня			II половина дня			Взаимодействие с семьями детей
	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в т.ч. НООД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности и, в т.ч. НОД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	
1. Развитие физических качеств (скорости, силовых, гибкости, выносливости и координации). 2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	- Прием детей на воздухе в теплое время года - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - НОД по Физической культуре - физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений. - Физкультпаузы в середине времени отведенного на непосредственную образовательную деятельность, физкультминутки и между ее периодами	- Гигиенические процедуры - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны) - Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, контрастные ножные ванны), Организация вторых завтраков (соки, фрукты)	- Двигательная активность на прогулке Самостоятельные подвижные игры, - Игры на свежем воздухе, - Спортивные игры и занятия (катание на санках, велосипедах) - Сюжетно ролевые игры - Игры-драматизации на темы здоровья, здорового образа жизни	- Физкультурные досуговые Физкультурные развлечения - индивидуальная работа по физическому развитию - Ситуативный разговор - Беседа - Рассказ - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация	- Гимнастика после сна - Закаливание Двигательная активность на прогулке (подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Сюжетно ролевые игры - Игры-драматизации на темы здоровья	- Упражнения и подвижные игры во второй половине дня - Самостоятельная двигательная активность - Двигательная активность на прогулке (подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Сюжетно ролевые игры - Игры-драматизации на темы здоровья	- Утренний фильтр, беседа с родителями и О самочувствии ВИИ ребенка - Индивидуальные консультации - Оформление родительских уголков на темы физкультурно-оздоровительной работы - Туристические прогулки; - физкультурные досуговые дни здоровья; - Тематические досуговые раздатки, экскурсии.

Старший дошкольный возраст.

Задачи	I половина дня			II половина дня			Взаимодействие с семьями воспитанников
	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в г.ч. НООД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности и осуществление режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности, в т.ч. НОД	Совместная деятельность педагога с детьми в образовательной деятельности, осуществляемой в режиме режимных моментов	Предполагаемая самостоятельная деятельность с использованием развивающей среды	
1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации). 2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основным и движениями). 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.	- Прием детей на воздухе в теплое время года - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - НОД физической культурой игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений. - Физкультпаузы в середине времени	- Гигиенические процедуры - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны) - Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, контрастные ножные ванны), Организация вторых завтраков (соки, фрукты).	- Двигательная активность на прогулке Самостоятельные подвижные игры, - Игры на свежем воздухе, - Спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.) Рассматривание иллюстраций и книг о, спорте и физкультуре - Сюжетно ролевые игры - Игры-драматизации на темы спорта и физкультуры Продуктовая деятельность на темы здоровья,	- Физкультурные досуги - Физкультурные праздники - Спортивные игры - Индивидуальная работа по физическому развитию - Ситуативный разговор - Беседа - Рассказ - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация	- Гимнастика после сна - Закаливание - Самостоятельная двигательная активность - Двигательная активность г на прогулке (подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Рассматривание иллюстраций, в спорте и физкультуре - Сюжетно-ролевые игры - Игры-драматизации на темы спорта и физкультуры - Продукт	- Упражнения и подвижные игры во второй половине дня - Самостоятельная двигательная активность - Двигательная активность г на прогулке (подвижные игры, развлечения) - Подвижные игры - Рассматривание иллюстраций, в спорте и физкультуре - Сюжетно-ролевые игры - Игры-драматизации на темы спорта и физкультуры - Продукт	- Утренний фильтр, беседа с родителями самочувствия ребенка - Индивидуальные консультации - Оформление родительских уголков на темы физкультурно-оздоровительной работы - Туристические прогулки; - Физкультурные досуги - Спортивные праздники - Соревнования; - Дни здоровья - -

Блоки физкультурно-оздоровительной работы Создание условий для двигательной активности	Содержание физкультурно-оздоровительной работы <i>Гибкий режим Занятия по подгруппам</i> <i>Организация физкультурных центров в группах Индивидуальный режим пробуждения после дневного сна</i>
--	---

	отведенного на непосредственно Тематические досуги; праздники; Экскурсии. ивная деятельность на темы зож образовательную деятельность, физкультминутки между ее периодами						
--	--	--	--	--	--	--	--

- Индивидуальная работа по физическому развитию
- Интегративная деятельность
- Проблемная ситуация
- Игровая беседа с элементами движений
- Контрольно диагностическая деятельность

В образовательный процесс ДОУ включается система закаливающих мероприятий и система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Система двигательной активности	Утренняя гимнастика НООД по Физической культуре НООД по Музыкае Оздоровительный бег Двигательная активность на прогулке Подвижные игры и спортивные упражнения Физкультминутки на НООД Гимнастика пробуждения после дневного сна Физкультурные праздники, досуги, забавы Игры, хороводы, игровые упражнения Динамические паузы между образовательными мероприятиями Динамический час на прогулке Гимнастики: пальчиковая, дыхательная, для глаз, коррегирующая
Организация рационального питания	Организация второго завтрака (соки, фрукты) Введение овощей и фруктов в обед и полдник Питьевой режим
Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья	Диагностика уровня физического развития Мониторинг состояния здоровья

Физическое воспитание детей направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств. Работа по физическому воспитанию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением оздоровительной работы, подвижных игр, спортивных упражнений

с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, физическая культура в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, оздоровительный бег, динамические паузы между образовательной деятельностью и др.

Непосредственно (организованная) образовательная деятельность

Непосредственно (организованную) образовательную деятельность по физической культуре в возрасте **от 3 до 7 лет организуют 3 раза в неделю**. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 минут,
- в средней группе - 20 минут,
- в старшей группе - 25 минут,
- в подготовительной группе - 30 минут.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно (организованную) образовательную деятельностьпо физической культуре максимально организуют на открытом воздухе.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Система закаливающих и оздоровительных мероприятий
МБДОУ «Детский сад №46 «Одуванчик» _____ на _____ холодный период

Блоки	Мероприятия	Средн.	Старш	Подг.
Физкульту рные мероприят ия	Утренняя гимнастика	+	+	+
	НОД по образовательной области «Физическое развитие»	+	+	+
	Физкультминутки	+	+	+
	Физкультурные досуги, праздники	+	+	+
Оздоровительные Мероприятия	Соблюдение t° режима	+	+	+
	Соответствие одежды t° режиму	+	+	+
	Приём на свежем воздухе	+	+	+
	Прогулки	+	+	+
	Коррекция сколиоза, плоскостопия	+	+	+
	Дыхательная гимнастика	+	+	+
	Гимнастика пробуждения	+	+	+
	Пальчиковая гимнастика	+	+	+
	Гимнастика для глаз	+	+	+
Лечебно- профилактиче ские мероприятия	Артикуляционная гимнастика	+	+	+
	Контрастные воздушные ванны	+	+	+
	Обливание рук	+	+	+
	Полоскание рта после еды	+	+	+
	Хождение босиком в помещении	+	+	+
	Фитонцидотерапия	+	+	+
	Аэроионотерапия	+	+	+
	Витаминотерапия	+	+	+
	Профилактика гриппа, ОРЗ	+	+	+
	Утренний фильтр	+	+	+
	Кварцевание группов.помещений	+	+	+

Система закаливающих и оздоровительных мероприятий
МБДОУ «Детский сад №46 «Одуванчик» на _____ тёплый период

Блоки работы	мероприятия	Возрастные группы		
		Средн.	Старш	Подг.
Физкультурные Мероприятия	Утренняя гимнастика	+	+	+
	НООД по образовательной области «Физическое развитие»	+	+	+
	Физкультминутки	+	+	+
	Физкультурные досуги, праздники	+	+	+
	Туристические походы		+	+
Оздоровительные мероприятия	Соблюдение t° режима	+	+	+
	Соответствие одежды t° режиму	+	+	+
	Приём на свежем воздухе	+	+	+
	Прогулки	+	+	+
	Коррекция сколиоза, плоскостопия	+	+	+
	Дыхательная гимнастика	+	+	+
	Гимнастика пробуждения	+	+	+
	Пальчиковая гимнастика	+	+	+
	Гимнастика для глаз	+	+	+
	Артикуляционная гимнастика	+	+	+
	Воздушные ванны	+	+	+
	Солнечные ванны	+	+	+
	Обливание рук и ног	+	+	+
	Полоскание рта после еды	+	+	+
	Водные процедуры на свежем воздухе	+	+	+
	Дорожки здоровья	+	+	+
	Хождение босиком на участке	+	+	+
Лечеб но- проф	Витаминизация третьего блюда	+	+	+
	Профилактика гриппа, ОРЗ	+	+	+
	Утренний фильтр	+	+	+

	Кварцевание групповых помещений		+	+	+
--	---------------------------------	--	---	---	---

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Модель режима двигательной активности.

№ п/п	Формы двигательной деятельности	Физкультурно - оздоровительные двигательной активности детей	Ответственные
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе (в летний период), в спортивном зале. Длительность 8 - 12 мин.	Воспитатели Инструктор по физкультуре
2	Физкультурные паузы	Ежедневно, по мере необходимости между занятиями, требующими длительного пребывания в одной из статических поз. Длительность 5 - 10 мин.	Воспитатели
3	Физкультурные минутки на занятиях	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.	Воспитатели
4	Прогулки с элементами физических упражнений, игр,	Ежедневно во время утренней прогулки, по желанию детей. Длительность 5 - 10 мин.	Воспитатели
5	Индивидуальная работа по развитию движений (ОВД)	Ежедневно во время прогулок на воздухе, групповой комнате, спортивном зале.	Воспитатели Инструктор по физкультуре
6	Туристические походы, целевые прогулки, экскурсии (ст. дошк. возраст)	Один раз в месяц во время прогулки или отведенное для физкультурного занятия время. Длительность 60 - 120 мин.	Воспитатели Инструктор по физкультуре Родители
7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с закалив,	Ежедневно после пробуждения. Длительность 5 - 10 мин.	Воспитатели Мед. работники
8	Музыкально - ритмические занятия для детей 4-7 лет	Один - два раза в неделю индивидуально и по подгруппам. Длительность 15 - 20 мин.	Воспитатели Муз. руковод. Инструктор по физкультуре
9	Учебно - трудовая деятельность	Ежедневно на прогулках, на воздухе индивидуально и по подгруппам. Один раз в неделю коллективный труд в групповой комнате или на	Воспитатели
10	Физкультурные занятия	I мл. группы - два раза в неделю (10 мин.) II мл. - подгот. группы - три раза в	Воспитатели Инструктор по физкультуре
11	Самостоятельные (произвольные) формы двигательной	Ежедневно под руководством воспитателя в групповой комнате и на воздухе.	Воспитатели
Физкультурно - массовые мероприятия			
12	Неделя здоровья	Один - два раза в год на каникулах.	Воспитатели Инструктор по физкультуре Муз. рук-ль

13	Физкультурный досуг	Один - два раза в месяц. В помещении или на воздухе, группой или совместно со сверстниками 1-2 групп. Длительность 30 - 50 мин.	Воспитатели Инструктор по физкультуре Муз. рук-ль
14	Физкультурно-спортивные праздники	2 раза в год в помещении или на воздухе. Внутри д/сада или совместно со сверстниками других садов.	Воспитатели, инструктор по физ.культ Муз. рук-ль
15	Соревнования по доступным упражнениям, видам спорта	Один - два раза в год на воздухе или в зале. Длительность 30 - 40 мин.	Воспитатели Инструктор по физкультуре
16	Спартакиады вне детского сада	Один раз в год в городском спортивном комплексе или в спортзале д/сада.	Воспитатели Инструктор по
		Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности. Длительность не более 120 мин.	физкультуре Муз. рук-ль
Совместная физкультурно - оздоровительная работа д/сада и семьи.			
17	Домашняя физическая культура	Рекомендации в организации	Воспитатели, инструктор по физ.культ.
18	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях д/сада	Во время массовых и групповых мероприятий	Воспитатели Инструктор по физкультуре
19	Занятия в спортивной секции, кружке, студии вне д/сада	По желанию родителей	Родители
20	Дни открытых дверей для родителей	Один раз в год	Инструктор по физкультуре

Двигательный режим МБДОУ «Детский сад №46 «Одуванчик» на 2018-2019 учебный год

№	Формы организации	Ранний возраст	Младший возраст		Старший возраст	
		2 группа раннего	Младшая группа	Средняя (разнов.)	Старшая группа	Подготовительная
1.	Организованная деятельность	6 часов в неделю	7 часов в неделю	8 часов в неделю	10и более часов в	12и более часов в неделю
2.	Утренняя гимнастика	4-6 мин	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
3.	Гимнастика пробуждения	4-6 мин	5-6 мин	5-8 мин	5-10 мин	5-10 мин
4.	Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день				
		5-6 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
5.	Спортивные игры	-	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
6.	Спортивные упражнения на прогулке	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в			
		-	10 мин	8-12 мин	10-12 мин	10-15 мин
		-	Лыжи 10 мин	10 мин	15 мин	20 мин
7.	Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами				
		4-6 мин	5-7 мин	8-10 мин	10 мин	15 мин

8.	Физкультурные паузы между НООД, Требующими длительного	4-6 мин	5-7 мин	6-8 мин	6-8 мин	6-8 мин
9.	Физкультурные минутки на НООД	2-4 мин	2 -4 мин	3-5 мин	3	5 мин
10.	НООД по физической культуре	2 р.в нед.	3 раза в неделю			
		8-10 мин.	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
11.	НООД по Музыка (часть)	2 раза в неделю				
		2-4 мин.	3-5 мин	5 мин	7-10 мин	10 мин
12.	Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю 5-	1 раз в неделю 5-	1 раз в неделю	1 раз в неделю 15-	1 раз в неделю 25 мин
13.	физкультурные досуги	10-15 мин	15 мин	1 раз в месяц 20 мин	30 мин	30-35 мин
14.	физкультурные праздники	2 раза в год				
15.	Самостоятельная двигательная	10-15 мин 20-25 мин 20-25 мин 50-60 мин 50-60 мин Ежедневно индивидуально и подгруппами				

**КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МБДОУ «Детский сад №46
«Одуванчик»**

на 2018- 2019учебный год реализация образовательной области «Физическое развитие»

№	Мероприятия	Группы ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической	Все группы	2 раза в год (сентябрь, май)	инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	старшая, под- готовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, заведующий
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор физо
2.	Физическая культура (в зале и на воздухе)	Все группы	3 раза в неделю	инструктор по физкультуре,
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Игры с элементами спорта	Старшая, подгото- вительная	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Гимнастика	Все группы	ежедневно	Воспитатели групп
8.	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
9.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкуль- туре, музыкальный руководитель,
10.	День здоровья	Все группы, кроме 1 младшей	2 раз в год	Инструктор по ф изкультуре. музык. руководитель, воспитатели
11.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
12.	Целевые прогулки за пределы детского сада	Старшие подготовитель н ые группы	1 раз в месяц	Воспитатели групп

13	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
14	Самостоятельная двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витаминация 3-го блюда	Все группы	Во время обеда	заведующий ДОУ, ООО «Малыш»
2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренний фильтр, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции	Воспитатели групп
3.	Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры	Со 2-ой младшей	Ежедневно, после приема пищи	Воспитатели групп
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на НОД по изобразительной деятельности,	Музыкальный руководитель, воспитатель группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные	Воспитатели групп
3.	Аэроионотерапия	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна)	воспитатели
4.	Витамиотерапия	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна)	воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных	Воспитатели, инструктор по физкультуре
2.	Ходьба босиком в	Все группы	После сна	Воспитатели
3.	Облегченная одежда детей (в соответствии	Все группы	В течение дня	Воспитатели, пом. воспитатели
4.	Обливание рук прохладной водой	С младшей гр.	В течение дня	Воспитатели, пом. воспитатели
5.	Утренний прием на свежем воздухе: -в теплое время года - в холодное время	Все группы Со средней гр.	ежедневно	Воспитатели
6.	Солнечные ванны (летний период)	Все группы	Ежедневно при наличии погод.	Воспитатели
7.	Купание детей в плескательном бассейне ДОУ с последующим растиранием мокрого тела сухим	С младшей группы	Ежедневно при наличии погодных условий	инструктор по физической культуре, воспитатели
VI ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно 10.00	Пом. воспитатели, воспитатели

СРЕДСТВО РЕАЛИЗАЦИИ - ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Технология - научное прогнозирование и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.

Психологическая безопасность

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Медико-профилактические технологии.

Организация мониторинга здоровья дошкольников организация и контроль питания детей физического развития

дошкольников

закаливание

организация профилактических мероприятий организация обеспечения требований СанПин организация здоровьесберегающей среды комфортная организация режимных моментов оптимальный двигательный режим правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок

доброжелательный стиль общения взрослого с детьми целесообразность в применении приемов и методов

использование приемов релаксации в режиме дня технологии развитие физических качеств, двигательной активности

становление физической культуры детей дыхательная гимнастика массаж и самомассаж профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Наглядный	Словесный	Практический
Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) Тактильно-Мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) Средства физического развития	объяснения, пояснения, указания подача команд, распоряжений, сигналов вопросы к детям образный сюжетный рассказ, беседа словесная инструкция	повторение упражнений /без изменения и с изменениями/ проведение упражнений в игровой форме проведение упражнений в соревновательной форме
Формы физического развития		

Оздоровительная направленность воспитательно - образовательного процесса

учет гигиенических требований создание условий для оздоровительных режимов бережное отношение к нервной системе ребенка учет индивидуальных особенностей и интересов детей предоставление ребенку свободы выбора создание условий для самореализации ориентация на зону ближайшего развития.

- Двигательная активность, занятия физкультурой
- Эколого-природные факторы (солнце, воздух и вода)
- Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

физкультурные занятия закаливающие процедуры утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика, гимнастика пробуждения, лфк подвижные игры, физкультминутки физкультурные упражнения на прогулке спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования кружки и секции музыкальные занятия, ритмика самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

НОД (Непрерывная Образовательная деятельность)	СОД в РМ совместная образовательная деятельность в режимных моментах	СамД (самостоятельная образовательная деятельность детей через создание условий)
Физические упражнения в зале; Физические упражнения на воздухе		Подвижные игры; Спортивные игры; Игры-соревнования; «Игры на асфальте», « Тренажеры-мишени»

2.1.3. Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Партнерские отношения взрослого и ребенка в Организации и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для *личностно-порождающего взаимодействия* характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Личностно-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное.

Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

Описание форм, способов, методов и средств реализации программы Психолого-педагогические условия реализации программы Особенности общей организации образовательного пространства Важнейшим условием реализации программы «От рождения до школы» является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными.

Важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;

- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Для реализации этих целей педагогам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности ребенка и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать совместно с детьми возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;
- обсуждать с детьми важные жизненные вопросы, стимулировать проявление позиции ребенка;
- обращать внимание детей на тот факт, что люди различаются по своим убеждениям и ценностям, обсуждать, как это влияет на их поведение;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов Организации, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Все ситуации повседневной жизни, в которых оказывается ребенок в детском саду, имеют образовательное значение: на прогулке и во время режимных моментов ребенок выстраивает отношение к себе и другим, учится быть инициативным и принимать решения, использовать свое мышление и воображение.

Создание условий для физического развития Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа **Я** тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

2.1.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников

Цели и задачи партнерства с родителями (законными представителями)

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. Поэтому педагогам, реализующим образовательные программы дошкольного образования, необходимо учитывать в своей работе такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважать и признавать способности и достижения родителей(законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу ДООУ. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями(законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей.

Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития.

Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей. Кроме того, понятие «партнерство» подразумевает, что семья и ДООУ равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения. Согласие партнеров с общими целями и методами воспитания и сотрудничество в их достижении позволяют объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимодополняемость в семейном и вне семейном образовании.

Особенно важен диалог между педагогом и семьей в случае наличия у ребенка отклонений в поведении или каких-либо проблем в развитии. Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности их решения. В диалоге проходит консультирование родителей(законных представителей) по поводу лучшей стратегии в образовании и воспитании, согласование мер, которые могут быть предприняты со стороны ДООУ и семьи.

Педагоги поддерживают семью в деле развития ребенка и при необходимости привлекают других специалистов и

службы (консультации психолога, логопеда, дефектолога и др.).

Таким образом, ДОО занимается профилактикой и борется с возникновением отклонений в развитии детей на ранних стадиях развития.

Уважение, сопереживание и искренность являются важными позициями, способствующими позитивному проведению диалога.

Диалог с родителями (законными представителями) необходим также для планирования педагогической работы. Знание педагогами семейного уклада доверенных им детей позволяет эффективнее решать образовательные задачи, передавая детям дополнительный опыт.

Педагоги, в свою очередь, делятся информацией с родителями (законными представителями) о своей работе и о поведении детей во время пребывания в ДОО. Родители (законные представители), как правило, хотят знать о возможностях сотрудничества, способствующего адаптации ребенка к ДОО, его развитию, эффективному использованию предлагаемых форм образовательной работы.

В этом случае ситуативное взаимодействие способно стать настоящим образовательным партнерством.

ДОО предлагает родителям (законным представителям) активно участвовать в образовательной работе и в отдельных занятиях. Родители (законные представители) привносят в жизнь ДОО свои особые умения, могут поставить для них спектакль, организовать совместное посещение музея, театра, помочь с уборкой территории и вывозом мусора, сопровождать группу детей во время экскурсий и т. п.

Разнообразные возможности для привлечения родителей (законных представителей) предоставляет проектная работа. Родители (законные представители) принимают участие в планировании и подготовке проектов, праздников, экскурсий и т. д., могут также самостоятельно планировать родительские мероприятия и проводить их своими силами. ДОО поощряется обмен мнениями между родителями(законными представителями), возникновение социальных сетей и семейная самопомощь.

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Родители и воспитатели стремятся преодолеть субординацию, монологизм в отношениях друг с другом, отказаться от привычки критиковать друг друга, научиться видеть друг в друге не средство решения своих проблем, а полноправных партнеров, сотрудников.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей взаимопознание и взаимоинформирование.

Успешное взаимодействие возможно лишь в том случае, если детский сад знаком с воспитательными возможностями семьи ребенка, а семья имеет представление о дошкольном учреждении, которому доверяет воспитание ребенка. Это позволяет оказывать друг другу необходимую поддержку в развитии ребенка, привлекать имеющиеся педагогические ресурсы для решения общих задач воспитания.

Прекрасную возможность для обоюдного познания воспитательного потенциала дают: специально организуемая социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования, сочинений; посещение педагогами семей воспитанников; организация дней открытых дверей в детском саду; разнообразные собрания-встречи, ориентированные на знакомство с достижениями и трудностями воспитывающих детей сторон.

Целью первых собраний-встреч является разностороннее знакомство педагогов с семьями и семей воспитанников между собой, знакомство семей с педагогами. Для снятия барьеров общения используются специальные методы, вызывающие у родителей позитивные эмоции, ориентированные на развитие доверительных отношений с педагогами («Выбери дистанцию», «Ассоциативный ряд», «Язык фотографий», «Разговор без умолку» и др.). Такие собрания

проводятся регулярно в течение года, решая на каждой встрече свои задачи.

Воспитывающие взрослые постоянно сообщают друг другу о разнообразных фактах из жизни детей в детском саду и семье, о состоянии каждого ребенка (его самочувствии, настроении), о развитии детско-взрослых (в том числе детско-родительских) отношений.

Такое информирование происходит при непосредственном общении (в ходе бесед, консультаций, на собраниях, конференциях) либо опосредованно, при получении информации из различных источников: стендов, газет, разнообразных буклетов, интернет-сайтов (детского сада, органов управления образованием), а также переписки (в том числе электронной).

Стенды. На стендах размещается стратегическая (многолетняя), тактическая (годовая) и оперативная информация. К стратегической относятся сведения о целях и задачах развития детского сада на дальнюю и среднюю перспективы, о реализуемой образовательной программе, об инновационных проектах дошкольного учреждения, а также о дополнительных образовательных услугах. К тактической информации относятся сведения о педагогах и графиках их работы, о режиме дня, о задачах и содержании воспитательно-образовательной работы в группе на год. Оперативная стендовая информация, предоставляющая наибольший интерес для воспитывающих взрослых, включает сведения об ожидаемых или уже прошедших событиях в группе (детском саду, районе): акциях, конкурсах, репетициях, выставках, встречах, совместных проектах, экскурсиях выходного дня и т. д. Поскольку данный вид информации быстро устаревает, она постоянно обновляется.

Стендовая информация вызывает у родителей больше интереса, если они принимают участие в ее подготовке, а также если она отвечает информационным запросам семьи, хорошо структурирована и эстетически оформлена (используются фотографии и иллюстративный материал).

Для того чтобы информация (особенно оперативная) своевременно поступала к воспитывающим взрослым, она дублируется на сайте детского сада.

Непрерывное образование воспитывающих взрослых

В современном быстро меняющемся мире родители и педагоги должны непрерывно повышать свое образование.

Образованием родителей - обогащение знаний, установок и умений, необходимых для ухода за детьми и их воспитания, гармонизации семейных отношений; выполнения родительских ролей в семье и обществе. При этом образование родителей строится не на императивном принципе, диктующем, как надо воспитывать детей, а на принципе личностной центрированности.

Функцию просвещения родителей выполняет не только детский сад, но и его партнеры, в том числе организации, объединяющие родительскую общественность. Все более востребованными становятся правовое, гражданское, художественно-эстетическое, национально-патриотическое, медицинское просвещение. Сохраняет свою актуальность научное просвещение, ориентированное на ознакомление воспитывающих взрослых с достижениями науки и передовым опытом в области воспитания дошкольников.

Просвещение ориентирует родителей и специалистов на саморазвитие и самосовершенствование.

Основными формами просвещения выступают: конференции, родительские собрания (общие детсадовские, городские), родительские и педагогические чтения.

Важно предоставлять родителям право выбора форм и содержания взаимодействия с партнерами, обеспечивающими их образование (педагогом-психологом, старшим воспитателем, группой родителей и пр.), привлекать к участию в планировании и формировании содержания взаимодействия с родителями, работы семейных клубов.

Планирование просветительской работы с родителями разрабатывается и реализуется исходя из следующих принципов:

- целенаправленности — ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;
- адресности — учета образовательных потребностей родителей;
- доступности — учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;
- индивидуализации — преобразования содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня знаний и умений родителей;
- участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

Основные формы обучения родителей: лекции, семинары, мастер-классы, тренинги, проекты, игры.

Мастер-классы. Мастер-класс — особая форма презентации специалистом своего профессионального мастерства, с целью привлечения внимания родителей к актуальным проблемам воспитания детей и средствам их решения. Такими специалистами могут оказаться и сами родители, работающие в названных сферах. Большое значение в подготовке мастер-класса придается практическим и наглядным методам. Мастер-класс может быть организован сотрудниками детского сада, родителями, приглашенными специалистами (художником, режиссером, экологом и др.).

Тренинг (по определению Б. Д. Карвасарского) — это совокупность психотерапевтических, психокоррекционных и обучающих методов, направленных на развитие навыков самопознания и саморегуляции, обучения и межперсонального взаимодействия, коммуникативных и профессиональных умений. В процессе тренинга родители

активно вовлекаются в специально разработанные педагогом-психологом ситуации, позволяющие осознавать свои личностные ресурсы. Тренинги может проводить как психолог детского сада, так и приглашенный специалист.

Совместная деятельность педагогов, родителей, детей.

Определяющей целью разнообразной совместной деятельности в триаде «педагоги- родители-дети» является удовлетворение не только базисных стремлений и потребностей ребенка, но и стремлений и потребностей родителей и педагогов.

Совместная деятельность воспитывающих взрослых в ДОУ организуется в разнообразных традиционных и инновационных формах (акции, семейные гостиные, семейные клубы, вечера вопросов и ответов, праздники (в том числе семейные), экскурсии, проектная деятельность).

В этих формах совместной деятельности заложены возможности коррекции поведения родителей и педагогов, предпочитающих авторитарный стиль общения с ребенком; воспитания у них бережного отношения к детскому творчеству.

Семейные праздники. Традиционными для детского сада являются детские праздники, посвященные знаменательным событиям в жизни страны. Новой формой, актуализирующей сотворчество детей и воспитывающих взрослых, является семейный праздник в детском саду.

Семейный праздник в детском саду — это особый день, объединяющий педагогов и семьи воспитанников по случаю какого-либо события. Таким особым днем может стать День матери, Новый год, День Победы, Международный День семьи (15 мая), Всероссийский День семьи, любви и верности (8 июля).

Наиболее значимы семейные праздники для семей с детьми раннего возраста, так как малыши в возрасте до 3 лет лучше чувствуют себя, когда на празднике рядом с ними находятся родители.

Проектная деятельность. Все большую актуальность приобретает такая форма совместной деятельности, как проекты. Они меняют роль воспитывающих взрослых в управлении детским садом, в развитии партнерских отношений, помогают им научиться работать в «команде», овладеть способами коллективной мыслительной деятельности; освоить алгоритм создания проекта, отталкиваясь от потребностей ребенка; достичь позитивной открытости по отношению к коллегам, воспитанникам и родителям, к своей личности; объединить усилия педагогов, родителей и детей с целью реализации проекта.

Идеями для проектирования могут стать любые предложения, направленные на улучшение отношений педагогов, детей и родителей, на развитие ответственности, инициативности, например, организация семейного летнего отдыха дошкольников, проведение Дня семьи в детском саду, создание сетевого интернет-сообщества воспитывающих взрослых и др.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

Направления развития воспитанников

Физическое Развитие	Познавательное и речевое развитие	Социально-коммуникативное развитие	Художественно эстетическое развитие
•Изучение состояния здоровья детей. - Ознакомление родителей с Результатами диагностики. • Посещение детей на дому с целью анализа условий для Проведения физкультурно-оздоровительной работы в семье и определения путей здоровья каждого ребенка. • Формирование банка данных об Особенности развития и медико Гигиенических условиях жизни	• Наблюдение за детьми на Занятиях • Использование видеоматериалов с целью Проведения Индивидуальных консультаций с родителями, где Анализируется Интеллектуальная активность ребенка, его познавательные интересы, Степень работоспособности, развитие речи, умение общаться со сверстниками. - Выявление причин негативных тенденций и совместный с родителями поиск путей их преодоления.	• Привлечение родителей к участию в Детском Празднике (разработка идей, Подготовка атрибутов, Ролевое участие). • Анкетирование родителей, Подбор специальной литературы с Целью обеспечения обратной связи с семьей.	• Встречи с работниками музея: организация выставки произведений декоративно прикладного искусства с целью обогащения художественно эстетических представлений детей. • Организация конкурсов и выставок детского творчества на тему «Как прекрасен этот мир, посмотри. • Анкетирование родителей для изучения их представлений об эстетическом

ребенка в семье • Создание в Дошкольном учреждении и семье медико- социальных условий для укрепления здоровья ь Снижения заболеваемости детей (зоны физической активности, Закаливающие процедуры и т.п.). • Проведение Целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни: Выполнение Общегигиенических требований; рациональный режим дня; полноценное Сбалансированное питание; закаливание] т.д. • Ознакомление родителей с содержанием и Формами	• Детское экспериментирование в Специально организованных условиях с целью изучения физических явлений, Математических зависимостей, законов механики и оптики и др. • Совместное с родителями чтение книг, Рассматривание иллюстраций, оформление полученных впечатлений в виде альбомов, панно, газет и др. • Мини-походы детей и родителей на природу с целью укрепления доверительных отношений с взрослыми. • Совместное наблюдение явлений природы, общественной жизни с оформлением результатов, которые становятся достоянием группы. • Помощь родителей ребенку в подготовке рассказа или наглядных материалов(вырезки фото,	• Проведение тренингов с родителями: Способы Решения нестандартных ситуаций с Целью Повышения компетентности В Вопросах воспитания. • Помощь родителям в расширении Семейной Библиотеки (медико- психологическа я литература, периодическая печать) с целью распространени Я инновационных подходов к Воспитанию детей. • Совместные с Родителями	воспитании детей. • Проведение тематических консультаций для родителей по разным направлениям художественно эстетического воспитания ребенка («Как познакомить детей с произведениями художественной литературы», «Как создать дома условия для развития художественных способностей детей», «Развитие личности дошкольника средствами искусства»). • Проведение «круглого стола» с целью распространения семейного опыта художественно эстетического воспитания
---	---	--	--

физкультурно- Оздоровительной работы в дошкольном учреждении. • Тренинг родителей с Исползованию приемов и методов Оздоровления (физические упражнения, Дыхательная гимнастика, разнообразные виды закаливания и т.д.) с целью профилактики заболеваний детей. • Обучение родителей Отдельным Нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапия, ароматерапия и т.д.). • Использование различных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно- Оздоровительной сфере: проведение викторин, фото- и	флажки, значки) • Создание в группе при поддержке родителей выставок: «Вторая жизнь вещей», «Дары природы», «Красоты природы», «История вещей», «История изобретений» — с целью расширения Кругозора дошкольников. • Совместная работа ребенка с родителями над фотоальбомами, семейными газетами: «История моей семьи», «Наша дружная семья», «Мы любим спорт», «Моя родословная». • Подготовка и проведение выставок фотоматериалов — забавных, трогательных и познавательных историй по темам «Мои любимые животные», «Праздники в нашей семье». • Совместная работа родителей, педагогов и детей по подготовке тематических бесед: «Мои любимые игры и	мероприятия по Благоустройств у групповых Комнат и участков в Дошкольном учреждении: Создание цветников, Конструированы е снежных горок, беговых дорожек и спортивныхзон. • Изучение детско- Родительских Отношений совместно с психологом с целью оказания детям, с Которыми Жестоко Обращаются родители. • Разработка Индивидуальны х программ Взаимодействия с родителями по	дошкольника. • Проведение праздников, досугов и музыкальных вечеров с привлечением родителей; выступление вместе с детьми. • Проведение практикумов для родителей - знакомство с различными техниками изобразитель ной деятельности. • Создание «игротеки» (игры по художественно- развитию детей). • Организация выставок детских работ и совместных тематических выставок детей и родителей. • Сотрудничество с преподавателями музыкальной школы с целью оказания консультативной
--	--	---	---

видео- конкурсов на лучший спортивный уголок в семье, на самую интересную спортивную или подвижную игру с участием детей и взрослых членов семьи и т.п. • Самодеятельное Издание Информационных листков и газет с целью освещения и пропаганды опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и - Расширения Представлений родителей о формах семейного досуга. • Проведение Дней открытых дверей,	игрушки», «Игрушки из бросового материала», «Игры маминого детства», по организации выставки семейных игрушечных реликвий на тему «Друзья детства». • Введение традиции «Обмен радостными впечатлениями». Совместная деятельность созданию фотогазеты «Наш выходной день», «Наш отдых». • Совместная работа педагога, родителей и ребенка по созданию книги (альбома) «Мои интересы и достижения». • При содействии и участии родителей создание в группе «коллекций» — наборов предметов: фантиков,	Созданию Предметной среды для Развития ребенка. • Беседы с детьми с целью Формирования уверенности в том, что их любят и о них заботятся в семье. • Выработка единой системы Гуманистических требований в Дошкольном учреждении и в семье. • Оказание помощи в Расширении Семейной	помощи родителям по развитию способностей детей и их интереса к музыке. • Организация встреч с работниками библиотеки (знакомство с новинками мировой и отечественной детской художественной литературы). • Проведение семинаров-практикумов для родителей по художественно-эстетическому воспитанию дошкольников. • Подготовка и проведение «Дня смеха». • Объединение детей
---	---	---	---

вечеров вопросов и ответов для знакомств родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. • Создание и поддержание традиций проведения совместно с родителями спортивных соревнований, праздников, досугов, ей здоровья	пуговиц, ниток, марок, открыток, часов, тканей, минералов, календарей (для творческой работы детей). • Создание тематических выставок детских книг из семейных библиотек. • Составление альбомов с иллюстрациями, открытками и вырезками по темам (животные, птицы, рыбы, цветы и др.). • Игротека в ДОУ с приглашением родителей и их членов семьи.	библиотеки за счет юридической литературы с целью повышения правовой культуры родителей. • Консультирование родителей: предупреждение использования методов, унижающих достоинство ребенка	разных возрастных групп для проведения развивающих занятий. • «Кукольный дизайн». • Подготовка и проведение русских народных праздников и посиделок: «Масленица», «Покров», асхальная неделя»
--	---	---	---

Формы работы с родителями



2.2. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.

2.2.1. Особенности образовательной деятельности ДООУ Особенности организации образовательного процесса в группах старшего дошкольного возраста.

Специфика дошкольного возраста такова, что достижения детей дошкольного возраста определяется не суммой конкретных знаний, умений и навыков, а совокупностью личностных качеств, в том числе обеспечивающих психологическую готовность ребенка к школе.

ФГОС ставит во главу угла индивидуальный подход к ребенку и игру, где происходит сохранение самооценности дошкольного детства и где сохраняется сама природа дошкольника. Ведущими видами детской деятельности станут: игровая, коммуникативная, двигательная, познавательно-исследовательская, продуктивная и др.

Необходимо отметить, что образовательная деятельность осуществляется на протяжении всего времени нахождения ребенка в дошкольной организации. Это:

- Совместная (партнерская) деятельность педагога с детьми;
- Образовательная деятельность в режимных моментах;
- Организованная образовательная деятельность;
- Самостоятельная деятельность детей.

Образовательная деятельность осуществляется в различных видах деятельности и охватывает структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (образовательные области):

- Социально-коммуникативное развитие;
- Познавательное развитие;
- Речевое развитие;
- Художественно-эстетическое развитие;
- Физическое развитие.

Содержание образовательных областей может реализовываться в различных видах деятельности:

Для детей старшего дошкольного возраста - ряд видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру. Игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), а также восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Организованная образовательная деятельность представляет собой организацию совместной деятельности педагога с детьми: с одним ребенком; с подгруппой детей; с целой группой детей.

Выбор количества детей зависит от:

- возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- вида деятельности (игровая, познавательно - исследовательская, двигательная, продуктивная)
- интересы детей к данному занятию;
- сложности материала;

Но необходимо помнить, что каждый ребенок должен получить одинаковые стартовые возможности для обучения в школе.

Главная особенность организации образовательной деятельности в ДООУ на современном этапе - это уход от учебной деятельности (занятий), повышение статуса игры, как основного вида деятельности детей дошкольного возраста; включение в процесс эффективных форм

работы с детьми: ИКТ, проектной деятельности, игровых, проблемно - обучающих ситуаций в рамках интеграции образовательных областей.

1. Физкультурно-оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на реализацию приоритетного направления деятельности ДООУ - физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья и физического развития детей, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи этой деятельности

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности
- принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДООУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики Наилучшим образом представлено физическое воспитание как одна из наиболее разработанных, обязательных и привычных форм по оздоровлению.

Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором ФИЗО в ходе непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, а также педагогами - в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.; Физкультурно-оздоровительная работа включает непосредственно образовательную деятельность по физической культуре (3 раза в неделю, одно из них - на воздухе), утреннюю гимнастику, физкультурные досуги один раз в месяц, организацию двигательной активности в свободной деятельности.

Непосредственно образовательная деятельность (НОД) по физической культуре - это основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям. Мы используем следующие виды НОД: традиционная, тренировочная, сюжетная (игровая), ритмическая гимнастика, коррекционно-развивающая (предполагает включение специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей). А также нами в работе используются организованные формы НОД с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, простейший туризм,

праздники, развлечения.

Характерной особенностью проведения всех видов НОД по ФК является исключение возможности перегрузки детей, их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма.

Непосредственно организованную образовательную деятельность по Физической культуре с **детьми третьего года жизни** осуществляют воспитатели 2 раза в неделю в групповом помещении .

Непосредственно организованную образовательную деятельность по Физической культуре с детьми в возрасте **от 3 до 7 лет организуют 3 раз в неделю**. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 минут,
- в средней группе - 20 минут,
- в старшей группе - 25 минут,
- в подготовительной группе - 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организовывается непосредственно организованная образовательная деятельность по Физической культуре **на открытом воздухе**. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях НОД по Физической культуре максимально организуют на открытом воздухе.

Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья

Ежедневно с детьми проводятся утренняя, бодрящая (гимнастика после сна), дыхательная гимнастики, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика.

Утренняя гимнастика способствует повышению функционального состояния и работоспособности организма, развитию моторики, формированию правильной осанки, предупреждению плоскостопия. Как правило, проводится традиционная гимнастика, которая включает в себя простые гимнастические упражнения с предметами или без с обязательным введением дыхательных упражнений.

Динамические паузы - во время проведения НОД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида НОД.

Подвижные и спортивные игры - как часть НОД по физической культуре, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности .Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем элементы спортивных игр.

Релаксация - в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. *Гимнастика пальчиковая* - с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Гимнастика для глаз - ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуются использовать наглядный материал, показ педагога. Используется для профилактики нарушений зрения. *Гимнастика дыхательная* - в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Дыхательная гимнастика эффективно укрепляет дыхательную мускулатуру, повышает сопротивляемость детского организма к простудным заболеваниям, повышает выносливость при физических нагрузках НОД по ФК.

Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры. *Гимнастика пробуждения* - ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. это разминка после сна с использованием различных упражнений, сюда включаются упражнения на формирование правильной осанки, на формирование свода стопы, на развитие мелкой моторики.

Обязательным оздоровительным моментом в работе ДОУ является прогулка. Оптимизации двигательной активности детей на прогулке способствуют правильно подобранные и грамотно чередуемые игры и упражнения, которые дарят детям массу радостных эмоций и развивают у них ловкость, выносливость, координацию движений, а также способствуют расширению двигательного опыта детей, совершенствуют пространственную ориентировку и умение действовать совместно.

В оздоровительных мероприятиях одно из значимых мест отводится закаливающим процедурам. В ДОУ разработана система закаливающих мероприятий, в которой учитывается постепенность воздействия того или иного природного фактора. Так, с первой младшей группы мы начинаем приучать ходить детей в облегченной одежде (воздушные ванны). Затем воздействие воздушных ванн на малышей расширяется (постепенное оголение конечностей, обучение элементам обширного умывания). Начиная со младшей группы, обучаем детей хождению босиком по массажным дорожкам. С воспитанниками ДОУ проводим бодрящую гимнастику после сна в сочетании с воздушными ваннами, обширным умыванием.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы Учреждения, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в

групповых помещениях, эпидемиологической обстановки

2. Информационно-просветительской форма

Информационно-просветительская деятельность включает в себя работу с семьей и персоналом детского сада.

Задача информационно-просветительской деятельности - разъяснять и информировать родителей и персонал об особенностях и своеобразии развития детей, формировать у них устойчивую потребность в обеспечении своего здоровья и здоровья детей, мотивировать на здоровый образ жизни. Данная форма деятельности реализуется через консультации, педагогические советы, семинары, родительские собрания, периодическую печать детского сада, информационные стенды.

3. Спортивно-досуговая форма

Эта деятельность направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие в соревнованиях, посещение детьми спортивных кружков в свободное время и воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

Спортивно-досуговая деятельность предусматривает ежемесячное проведение спортивных досугов и дважды в год - спортивных праздников. Эти формы способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями.

4. Социально-психологическая форма

Задача этой деятельности - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией ее в ДОУ занимаются прежде всего педагог-психолог ДОУ посредством специально организованных занятий, а также - воспитатели и специалисты в текущем образовательном процессе.

5. Образовательная здоровьесберегающая деятельность

Этот вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников. Цель ее - сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его. В осуществлении «здоровьесберегающей деятельности» задействованы практически все сотрудники детского сада

Образовательная деятельность предполагает проведение НОД и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.

Эффективность применения вышеперечисленных форм зависит как от профессионализма медицинского и педагогического персонала, так и от ряда условий: логичности, системности, целесообразности, адресности здоровьесберегающей деятельности. **Отследить результаты здоровьесберегающей деятельности в ДОУ помогает медико-педагогический контроль, в который входят:**

§ Медицинское обследование состояния здоровья детей;

§ Обследование физического здоровья детей, в т.ч. динамические наблюдения за состоянием здоровья и физическим развитием детей;

§ Медико-педагогическое наблюдение за проведением НОД по физической культуре, за соблюдением режима дня; а также за организацией двигательного режима, организацией физкультурно-оздоровительных праздников, досугов и развлечений, организацией прогулок, проведением малых форм физического воспитания;

§ Контроль за организацией закаливающих мероприятий;

§ Санитарно-педагогический контроль, в т.ч. санитарного состояния и содержания прогулочных участков, санитарно-гигиеническое состояния групповых и служебных помещений, оборудования помещений, состояния одежды и обуви детей, организации питания и соблюдения питьевого режима.

Оздоровительная работа с детьми усиленно проводится в летний период, является составной частью системы профилактических мероприятий и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма.

Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха для достижения оздоровительного эффекта. Вся деятельность, связанная с физическими нагрузками (подвижные игры, труд, НОД по физической культуре) проводились в часы наименьшей инсоляции.

При осуществлении летней оздоровительной работы в ДОУ коллектив придерживается следующих принципов:

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- интеграция программы профилактики закаливания в семью;
- повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДОУ санитарных норм и правил, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплого режима.

Работа ДОУ в летний период также включает создание условий для закрепления и совершенствования культурно-гигиенических навыков детей.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в ДОУ, основываются на принципах:

- *принцип развития творческого воображения* - внутреннее условие оздоровительной работы, здесь ребенок условно предстает объектом тех или иных педагогических и медицинских воздействий. И, как показала статистика,

благодаря включению ребенком воображения, можно добиться существенных результатов в профилактике и лечении ряда заболеваний: ОРЗ, диатеза, энуреза, отдельных нарушений сердечнососудистой системы и ЖКТ;

- *принцип формирования осмысленной моторики* - движение может стать произвольным и управляемым только тогда, когда оно будет осмысленным и осязаемым. Ребенку предстоит научиться слушать, понимать, уважать и любить свое тело;
- *принцип создания и закрепления* целостного позитивного психосоматического состояния при различных видах деятельности, который реализуется благодаря многофункциональным развивающим формам здоровьесберегающей работы;
- *принцип формирования у детей способности к сопереживанию и содействию.*

Здоровьесберегающая деятельность в детском саду осуществляется в следующих формах:

- Санитарно - гигиеническая форма

Контроль за санитарно - гигиенической обстановкой в детском саду осуществляется старшей медсестрой ДОУ и заведующим. Его цель - соблюдением норм и правил СанПиНа к оборудованию и уборке помещений ДОУ, организацией питания детей

Общие санитарно-гигиенические условия детского сада :

Общие санитарно-гигиенические условия МБДОУ «Детский сад № 46 «Одуванчик» соответствуют требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (с изменениями на 27 августа 2015 года)

- температурный режим в группах выдерживается в норме в течение всего учебного года;
- замеры освещения проводятся один раз в год и соответствуют норме, (возникающие неисправности сразу устраняются);
- мебель в группах подбирается в соответствии с ростом детей;
- гигиеническая уборка проходит ежедневно в соответствии с графиком генеральной уборки

- Медико-профилактическая форма

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей.

Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, витаминотерапия, оздоровление фитонцидами, полоскание горла, профилактика простудных заболеваний с использованием природных адаптогенов, щадящий режим в период адаптации и т.д.).
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов - СанПиНа;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Для охраны и укрепления здоровья детей особое значение имеет профилактическая оздоровительная работа: соблюдение режима, рациональное питание, закаливание, гимнастика, медицинский и педагогический контроль за развитием и здоровьем детей.

При поступлении ребёнка в детский сад проводятся индивидуальные беседы с родителями, в которых выясняются условия жизни, режима, питания, состояние здоровья детей для своевременного выявления отклонений. На основании полученной информации и в соответствии с данными медицинских карт детей составляются паспорта здоровья для каждой группы и

Листы адаптации, где прописываются состояние здоровья, индивидуальные особенности, группа здоровья каждого ребёнка. По мере необходимости устанавливаются щадящий режим, закаливание, неполный день пребывания в ДОУ, согласованный с родителями, даются рекомендации воспитателям и родителям, индивидуальные для каждого ребёнка. Анализ посещаемости и заболеваемости детей ежемесячно проводится на производственных совещаниях, устанавливаются причины заболеваемости и меры по их устранению.

Таким образом, работа по проведению санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий является приоритетным направлением работы ДОУ и занимает ведущее место в деятельности сотрудников ДОУ.

Содержание, формы образовательной работы по освоению парциальной программы «Из детства - в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет» под ред. Т.Н. Дороновой.

Парциальная программа «Из детства - в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет» под ред. Т.Н. Дороновой 2002 используется для организации образовательной работы в рамках реализации ООП ДОУ в образовательной области «Физическое развитие» для детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств. Работа с данными детьми проводится инструктором по физической культуре Н.В. Гайнуллиной в рамках индивидуально-подгрупповой работы с детьми. В 2018-2019 году данной работой охвачены 12 детей из старших и подготовительных групп ДОУ.

Для проведения индивидуально-подгрупповой работы отбираются воспитанники старшего дошкольного возраста с низким уровнем развития физических качеств по итогам педагогической диагностики на начало учебного года. Работа с подгруппой детей направлена на развитие физических качеств, освоение основных движений, чтобы к концу учебного года уровень физического развития данных детей повысился до среднего (высокого). И по итогам индивидуально-подгрупповых занятий большая часть детей показывает средний уровень развития физических качеств.

Работа с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими низкий уровень развития физических качеств на начало учебного года проводится на основе программы из «Из детства - в отрочество» под редакцией Т.И.Дороновой, которая

рассматривает пути приобщения дошкольников к физической культуре, как части общечеловеческой культуры, включающей в себя опыт рационального выполнения физических упражнений.

Разучивание физических упражнений представлено не как самоцель и направлено не только на развитие и укрепление систем организма. Особое внимание уделяется реализации принципа осознанности при овладении движениями, выработке умения рационально пользоваться движениями для решения двигательных задач с учетом условий жизни и игры, а также для развития способностей детей.

Основными направлениями физического воспитания детей шестого и седьмого года в области оздоровительной работы являются:

- наряду с осуществлением целенаправленных оздоровительных мероприятий повышать тренированность организма детей:
 - развивать способность к удержанию статических поз и поддержанию правильного положения позвоночного столба в положении стоя и сидя:
 - обеспечить систематическую тренировку мелкой мускулатуры, тонких движений рук: -повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма в области образовательной работы:
 - приучать детей самостоятельно находить ошибки в выполнении знакомых движений и пути их исправления:
 - побуждать детей к созданию вариантов выполнения различных ранее разученных движений и определять условия их применения:
 - формировать умение менять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения:
 - развивать выразительность двигательных действий:
 - приучать детей использовать освоенные общие положения при выполнении движений в новых условиях (на прогулках за пределы участка детского сада); выбирать наиболее пригодный способ действий;
 - содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости;
 - побуждать детей к применению знаний о функционировании различных органов и систем для самоконтроля за выполнением физических упражнений и самооценки своего двигательного поведения или удержания поз;
- воспитательные задачи:
- побуждать детей к проявлению активности при организации двигательной деятельности; -поддерживать и развивать у детей интерес к подвижным играм, организуемым сверстниками, и создавать базу для развития организаторских способностей;
 - обеспечивать условия для проявления самостоятельности
- как в организованных взрослыми формах двигательной деятельности в соответствии с обстановкой (в группе, на участке, в зале и т.д.)

Основной целью работы с детьми является:

1. Дать представление детям:

- о скелете, его опорно-двигательных функциях, значении правильной осанки и особенностях ее формирования;
- о мышцах, их значении для существования и развития человека, роли физических нагрузок в укреплении и развитии мышц;
- об органах дыхания, их расположении в организме, значении, развитии и защите;
- о системе пищеварения, участвующих в этом процессе органов, их расположении в организме, организме, о полезной для развития организма пище, витаминах, аппетите и гигиене питания;
- о коже человека, ее защитных функциях, гигиене и первой помощи при ее повреждении;
- о закаливании организма. Учить правильно подбирать одежду, обувь и головные уборы в соответствии с погодными условиями, деятельностью людей, местом нахождения;

Методическое обеспечение индивидуально-подгрупповой работы с детьми старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств по программе «Из детства - в отрочество.

Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет» под ред. Т.Н. Дороновой

1. Виды и формы занятий.

Вид	Тематика
Тематические таблицы	Строение человека, человек и окружающий его мир, гигиена, органы чувств, виды спорта
Карточки с изображением	Чистота - залог здоровья, спорт и здоровье, витамины, овощи и фрукты, грибы съедобные и несъедобные, одежда и головные уборы, символы видов спорта, основные виды движения, исходные положения для О.Р.У, схемы для построения группы и др.
Ситуативные картинки	Этика взаимоотношений.
Дидактический материал к подвижным играм	Материалы разнообразной формы, конфигурации, температуры, поверхности. Мини-музей «Народные подвижные игры»

Контрольно диагностические: беседа, дискуссия.

Познавательнo-досуговые: экскурсия, дидактические игры, развлечения. Соревновательные: соревнования, тренировки.

Нетрадиционные формы: музыкотерапия, домашние задания, моделирование.

Субъективные и научно-исследовательские опыты, обучение в сотрудничестве.

2. **Методы и приемы обучения.**

Методы	Приемы
Наглядный	Наглядно-зрительный, тактильно-мышечные, предметная наглядность, наглядно-слуховые.
Информационно рецептивный	Совместная деятельность педагога и ребенка
Репродуктивный	Уточнение и воспроизведение известных действий по образцу
Практический	Придумывание и выполнение вариантов физических упражнений и подвижных игр, собственные и имитационные движения
Словесный	Краткое одновременное описание и объяснение физических упражнений, образный сюжетный рассказ.
Проблемного обучения	Творческое использование готовых заданий, самостоятельное добывание знаний, игровые ситуации.
Игровой	Использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания упражнений.
Исследовательский	Самостоятельное придумывание упражнений, игровых сюжетов и вариантов действий.
Соревновательный	Нахождение неординарных решений для достижения цели, выполнение знакомых упражнений в быстром темпе.
Проблемного обучения	Творческое использование готовых знаний, самостоятельное их добывание, игровые ситуации

3. **Дидактический материал.**

опытов, наблюдений	
Средства для оказания первой помощи	Бинт, вата, лед, грелка, лангет, носилки.
Лекарственные растения	Ромашка аптечная, подорожник., мята перечная, кора дуба, плоды шиповника, черемухи и т.д.
Технические средства	Аудиокассеты «Голоса птиц», «Шум прибоя», «Звуки природы», «Бытовой шум, с записями современной классической музыки, диафильмы, видеозаписи.

Содержание образовательной индивидуально-подгрупповой работы с детьми старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем и низким уровнем развития физических качеств по программе «Из детства - в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет» Под ред. Т.Н. Дороновой

Раздел	Тема	Цель
Как мы устроены	«Рыцарь в доспехах»	Дать представление о скелете, его опорно-двигательных функциях, значении правильной осанки и особенностях ее формирования, последствиях патологии.
	«Мышцы как двигатели организма»	Дать представление о мышцах, их значении для существования и развития человека, роли физических нагрузок (труда и физкультуры) в укреплении и развитии мышц.
	«Твоя нервная система»	Познакомить детей со строением и значением нервной системы человека, дать понятие о режиме дня и его влиянии на здоровье.
	Живая вода»	Дать представление об органах кровообращения, их значении в жизни человека, о мероприятиях по охране и укреплению сердца.
	(Воздух и человек»	Дать представление об органах дыхания, их расположении в организме, значении, развитии и защите.
	(Кастрюлька-живородка-желудок»	Дать элементарные представления о системе пищеварения, участвующих в этом процессе органов, их расположении в организме, о полезной для развития организма пище, витаминах, аппетите и гигиене питания.
	Неутомимые сорняки»	Познакомить детей с функциями печени и почек, местах их Расположения в организме человека. Дать представление о значении сложной работы этих органов по защите здоровья человека.
	Охранные посты»	Дать представление о том, какие органы борются с проникновением в организм бактерий, вирусов, инфекций, вредных веществ.

	«Чувства и ощущения»	Дать представление об органах чувств, их значении, влиянии на развитие организма, здоровье.
Чистота - залог здоровья	«Живой панцирь»	Дать представление о коже человека, ее защитных функциях, гигиене и первой помощи при ее повреждении.
	«В гостях у Мойдодыра»	Расширять представления детей об уходе за кожей, волосами, зубами, значении гигиенических процедур.
	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Расширять представления детей о закаливании организма. Учить правильно подбирать одежду, обувь и головные уборы в соответствии с погодными условиями, деятельностью людей, местом нахождения.
	«Бережём и охраняем всё живое»	Систематизировать и дополнить знания детей о предметах и явлениях природы, культуре взаимоотношений с природой. Дать возможность самостоятельно сформулировать правила поведения в природе.
	(Лекарственные растения»	Познакомить детей с лекарственными растениями, произрастающими в нашем регионе, их свойствами и способами

Мир, в котором я живу	«Путешествие в страну рождения»	Учить различать отвар, настой, бальзам, эликсир.
	«Кто тебя слушает»	Дать представление о развитии и изменениях, которые происходят с детьми, о заботе родителей, необходимости ухода за детьми.
	«Внимание - опасность»	Нормировать представления об окружающей детей социальной среде
Почему важно быть здоровым		Познакомить детей с элементарными правилами поведения в различных ситуациях, которые помогут избежать неприятностей и опасностей, вредных привычек. Научить элементарным правилам оказания первой помощи.
	(Быть здоровыми хотим»	Закрепить представления детей по всем пройденным темам

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ
РАЗДЕЛ

3.1.Обязательная часть

3.1.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально бытового и/или культурно-эстетического характера. Это условия существования человека, его жизненное пространство. Среда может приобретать специально проектируемую направленность, и в этом случае о ней говорят как о важном факторе формирования личности — образовательной среде (Т. С. Комарова, С. Л. Новоселова, Г. Н. Пантелеев, Л. П. Печко, Н. П. Сакулина, Е. О. Смирнова, Е. И. Тихеева, Е. А. Флерина, С. Т. Шацкий и др.).

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

Основные требования к организации среды

Развивающая предметно-пространственная среда дошкольной организации должна быть:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

Основные принципы организации среды Оборудование помещений дошкольного учреждения должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель должна соответствовать росту и возрасту детей, игрушки — обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Образовательные области	Виды детской деятельности	Центры активности	Направленность, содержание, насыщение предметно-пространственной среды
Физическое развитие	игровая, двигательная, познавательно исследовательская деятельность	Центр движения, открытая площадка	- картотека и атрибуты для спортивных и подвижных игр; - подбор литературы, картинок, карточек - д/и валелогического содержания, - беседы по ЗОЖ;

Дополнительные помещения для работы с детьми

Наименование	Характеристика развивающей предметно-пространственной среды
Спортивный зал	Фортепиано, магнитофон, стенка шведская гимнастическая,

	приставные доски к шведской стенке, канат, гимнастические скамейки, маты, щит навесной, мячи баскетбольные, мячи набивные, мячи резиновые обручи гимнастические разного диаметра (маленькие, средние, большие), кубы гимнастические (разного размера), кегли, скакалки, кубики, мешочки с песком (различные по весу), дуги для подлезания (разные по высоте), палки гимнастические, доски ребристые, мяч футбольный, лыжи, клюшки, кольца баскетбольные, стойки переносные для прыжков в высоту, труба гимнастическая для лазания, флажки разного цвета, ленты разноцветные, шнуры, (различные по длине), городки, форма спортивная летняя, секундомер, атрибуты для подвижных игр, мягкие модули, платочки, кольцеброс, ракетки для бадминтона, кегли, скакалки, канат, клюшки, коврики, корзина и др. Нестандартное оборудование: мешочки с песком для метания, косички, гантели, массажеры, тоннель тканевая, кочки, и др.
--	--

Спортивная площадка (на территории ДОУ)	комплекс спортплощадки со всем необходимым оборудованием: для обучения спортивным играм (футбол, баскетбол, волейбол, бадминтон, настольный теннис, городки), для развития основных видов движений (лазилки, бумы, рукоходы, турники, дуги для подлезания, прыжковая яма, стойки для метания в горизонтальную и вертикальную цель), для подвижных игр (площадка с травяным покрытием, атрибуты). Имеется также тропа здоровья и полоса препятствий, круговые беговые и велосипедные дорожки вокруг здания ДОУ.
Прогулочные участки	Песочницы, шведские стенки, дуги для лазания, горки и др. малые формы

3.1.2. Кадровые условия реализации Программы.

Ф.И.О.	Гайнуллина Наталья Владимировна
Должность	Инструктор по физической культуре
Образование, наименование образовательной организации, год окончания	Высшее, Тольяттинский государственный университет, 2003г.
Стаж работы	25 лет
Курсы повышения квалификации	МАНО г. Омск «Физическое развитие и формирование здорового образа жизни у детей раннего и дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС ДО» 108 часов 02-13/2204 с 26.04.18 по 17.05.18 г.
Квалификационная категория	Высшая квалификационная категория

3.1.3. Учебно-методический комплект к программе

Образовательная область «Физическая культура»

Методические пособия

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. Наглядно-дидактические пособия

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Карточки с изображением: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

3.1.4. Планирование образовательной деятельности Проектирование воспитательно-образовательного процесса.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития

**Модель планирования образовательно-воспитательной работы по пятидневной неделе
по QQ«Физическое развитие» инструктора по физической культуре**

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

График работы инструктора по физической культуре

День недели	Время	
Понедельник	7.30-15.00	6 часов 30 минут
Вторник	7.30-13.00	5 часов 30 минут
Среда	7.30--16.00	8 часов 30 минут
Четверг	7.30-13.30	6 часов 00 минут
Пятница	7.30-11.00	3 часа 30 минут
Итого за неделю	30 часов	

3.1.6. Режим дня и распорядок.

Правильный распорядок дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Педагог дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

В теплое время года часть НООД можно проводить на участке во время прогулки.

График проведения утренней гимнастики на холодный период 2021-2022 учебного года.

	<i>Место проведения</i>		<u>Спортивный зал</u>	<u>Музыкальный зал</u>	<u>В группе</u>
<i>Время проведения</i>	7.50-7.56	Средняя «А» группа	<i>по чётным числам месяца</i>	<i>по нечётным числам</i>	-----
		Средняя «Б» группа		<i>по чётным числам</i>	-----
	8.05-8.10	Старшая «А» группа	<i>по чётным числам месяца</i>	-----	<i>по нечётным числам месяца</i>
		Старшая «Б» группа	<i>по нечётным числам месяца</i>	-----	<i>по чётным числам месяца</i>
		Логопедическая группа		<i>каждый день</i>	
	8.20-8.30	Подготов.«А» группа	<i>по чётным числам месяца</i>	<i>по нечётным числам</i>	-----
		Подготов.«Б» группа	<i>по нечётным числам месяца</i>	<i>по чётным числам</i>	-----

СЕТКА

НЕПОСРЕДСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №46 «Одуванчик» НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

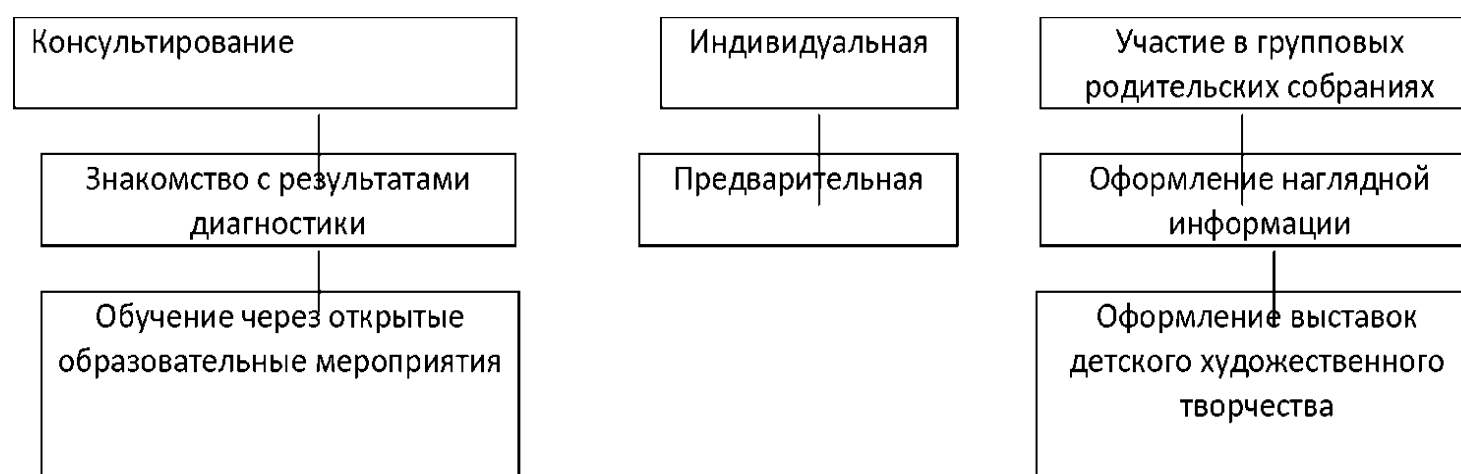
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Сред. А 8.45- 9.05 Сред.Б 9.15-9.35 Стар. Б 9.45- 10.10 ГКН для детей с ТНР (5-6л) 10.20-10.45 11.00 - 12.00 Адап.гр. «Вместе с мамой»	2млад. А 9.00 - 9.15 Под. А 9.40-10.10 Под. Б 10.20-10.50	2млад. А 9.00- 9.15 Стар.Б 9.35-10.00 ГКН для детей с ТНР (5-6л) 10.10-10.35 11.00 - 12.00 Адап.гр. «Вместе с мамой» Старш.Б 11.45-12.15 (на улице)	Сред. А 9.00-9.20 Сред.Б 9.30-9.50 Стар. А 10.10-10.35 ГКН для детей с ТНР (6-7л)/ 11.45-12.15 (на улице)	Стар.А 9.00- 9.25 Под.А 9.35-10.05 Под.Б 10.15-10.45 Под.Б 11.45-12.15 (на улице)
	Сред.А/Б 16.00-16.20 (на улице) Стар.А 16.00-16.25 (на улице)	15.30-Развлечение	Под.А/Б 16.00-16.30 (на улице)	Старш. Б 16.00-16.25 (на улице)

3.2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.2.1 Особенности взаимодействия специалистов ДОУ

Взаимосвязь с другими специалистами в течение года:

1. Музыкальный руководитель:
 - а) совместное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий;
 - б) совместное составление сценариев и проведение спортивных праздников, развлечений;
 - в) совместное проведение досугов;
 - г) разучивание спортивных танцев.
2. Учитель-логопед:
 - а) совместное разучивание пальчиковых гимнастик для развития мелкой моторики рук;
 - б) разучивание считалок;
 - в) следить за автоматизацией поставленных звуков (в играх, в физминутках);
 - г) развивать дыхание в специальных упражнениях.
3. Педагог-психолог:
 - а) изучение психологических характеристик детей;
 - б) консультации, беседы о работе с гиперактивными, замкнутыми в себе детьми.
 - в) совместное разучивание элементов психогимнастики, подбор музыкального фона к ним.



Перечень физкультурного оборудования спортивного зала.

Для ходьбы, бега, равновесия

- Гимнастические скамейки -3 шт.
- Ребристая доска – 1 шт.
- Степ доска -12 шт.
- Коврик массажный - 5 шт.
- Канат гладкий -1шт.
- Конус стойки с отверстиями -4 шт.
- «Колибри»- счёты- дорожка массажёр – 1 шт
- ОРТО модульный коврик – 2 шт.

Для ползания и лазания

- Гимнастическая стенка (3 пролета);
- Приставная лестница к стенке -1 шт.
- Приставные доски ширина -15 см -2 шт.
- Комбинированная установка для подвесных снарядов:
 - веревочная лестница;
 - канат;
 - гимнастические кольца;
- Дуга большая 50 см.- 1 шт
- Дуга средняя 45 см.- 2 шт.
- Дуга малая 30 см. – 1 шт.

Для метания, катания, бросков и ловли.

- Кегли (набор) – 2 шт.
- Кольцеброс «Гусь» – 2 шт.
- Бадминтонные ракетки -6 шт.
- Волы для бадминтона – 10 шт.
- Металлическая вертикальная-переносная мишень- 1 шт.
- Баскетбольный щит -1 шт.
- Мячи набивные 1 кг -2 шт.
- Мячи среднего размера – 15 шт.
- Мячи малого размера – 20 шт.
- Мячи диам. 25 см.- 20 шт.
- Мяч с шипами 20 см.- 2 шт.
- Футбольный мяч – 1шт.
- Волейбольный мяч – 1шт.
- Надувной мяч – 16 шт.

Для прыжков

- Снаряд для прыжков в высоту (2 стойки), шнур с грузом
- Шест с разметкой для прыжков
- Гимнастические маты -2 шт.
- Кубы большие -2 шт.
- Скакалки -25 шт.
- Гимнастический (фитбол) мяч диаметр – 55-44-40 см-16 шт.
- Барьеры высокий, средний, низкий – по 2 шт.

Для общеразвивающих упражнений

- Флажки– 40 шт
- Кубики ребро – 4 см.- 40 шт.
- Ленточки длина – 25 см.- 40 шт.
- Ленты с кольцами – 60 см.-20 шт.
- Платочки – 20 шт.
- Гимнастические палки длина – 100 см.
- Гимнастические палки длина – 55 см.
- Мячи с шипами (массажные)-10 шт.
- Обручи малые диаметр – 54 см.-10 шт.
- Обручи средний диаметр –70 см – 8 шт.
- Гантели 500 грамм – 40 шт.

«Полоса препятствий» из мягких модулей -4 элемента:

- Модуль «Туннель»-1 шт.
- Модуль «Балка» большая-1 шт.
- Модуль «Цилиндр»-1шт.
- Модуль «Кольцо»-2шт

Тренажеры для укрепления и развития силы мышц:

- «Беговая дорожка» -1 шт.
- «Велотренажер» -2 шт.
- Детский гребной тренажер -1 шт.
- Ручной эспандер – 2 шт.

для развития вестибулярного аппарата:

- Батут круглый без держателя -1 шт.
- Диск-тренажёр "Здоровье" -2 шт.

Для подвижных игр

- Мини- музей «Народные подвижные игры»
- Шапочки маски -5 шт.
- Медальки -10 шт.
- Лошадки на палках - 6 шт.
- Круг ориентир диам. 120 см.- 2шт.
- Набор городки - 1 шт.

- Ключки и шайбы – 4 шт.
- Хоккейные мини ворота

Нетрадиционное оборудование:

- ❖ Цветные мини-коврики -16 шт.
- ❖ Банка с цветными фишки-40
- ❖ Банка с цветными крышечками – 30 шт.
- ❖ Сигнальные кружки с обеих сторон цветные-4 шт.
- ❖ Кочки мягкие – 6 шт.
- ❖ Дорожка мягкая – 1 шт.
- ❖ Натяжной шнур – 1 шт.
- ❖ Многофункциональная дорожка с палочками -1 шт.
- ❖ Математические цилиндрические колечки -16 шт.
- ❖ Многофункциональные цветные стакан – стойки - 8 шт.
- ❖ Резинка , натянута на кубы по периметру -1 шт.
- ❖ Бильбоке или серсо -6 шт.
- ❖ Косички плетёные длина 50-60 см.- 20 шт.
- ❖ Гантели- погремушки – 20 шт.
- ❖ Штора для метания в вертикальную цель -1 шт.
- ❖ Волшебные колпачки -3 шт.
- ❖ Снежки - 20 шт.
- ❖ Колечки «рули» -10 шт.
- ❖ Дорожка с отпечатками кистей рук (ладошек) -1 шт.
- ❖ Дорожка с отпечатками стоп -1 шт.
- ❖ Босоножки - не оторвёшь от ножки (снегоступы) -8 шт.
- ❖ Змеи матерчатые -2 шт.
- ❖ Бусы –«гусеница» - 1 шт.
- ❖ Цветная дорожка – 1 шт.
- ❖ Многофункциональное игровое поле - 1 шт.
- ❖ Игровой трёхцветный кубик - 1 шт.
- ❖ Разметка «Космос» для прыжков – 2 шт.
- ❖ Кубик малый с разметкой – 2 шт.
- ❖ Куб большой трёхцветный в разметкой – 1шт.
- ❖ Мини-игровое поле для развития логики, мышления, памяти.
- ❖ Гантели- погремушки
- ❖ Счёты спортивные (разборные)- 2 шт.
- ❖ Домино (логическое) двухстороннее – 1 набор
- ❖ Удочка-3 шт.
- ❖ Кубики наглядно-игровые с изображением (ОВД, инвентаря, схем-движений и тд.)

**Перечень оборудования комплекса спортивной площадки МБДОУ
«Детский сад №46 «Одуванчик»**

п/п	Наименование оборудования	Кол-ВО
1.	Спортивная площадка с асфальтовым покрытием.	1
2.	Мини-футбольное поле с 2 футбольными воротами.	1
3.	Площадка для подвижных игр с травяным покрытием.	1
4.	Стойка для метания	1
	-съёмные мишени для метания в вертикальную цель	4
	-цели для метания в горизонтальную цель	2
	-отметки с расстоянием для метания 2м, 3м, 4м, 5м.	4
5.	Турник с высоким и низким пролётами	2
6.	Прыжковая яма прыжков в длину с места и с разбега	1
	-боковые стойки с насечками для верёвки для прыжков в высоту с	2
7.	Вертикальные лесенки из 5 пролётов высотой 50см.	2
8.	Лесенка из 5 спилов разной высоты для упражнений в равновесии	1
9.	Дуга для подлезания	2
10.	Бум двухуровневый шириной 15 см и высотой пролётов 20см и 35 см	1
11.	Сетка волейбольная,	1
12.	-разметка на асфальте для игры в волейбол	1
13.	-разметка на асфальте для игры в бадминтон	1
14.	разметка для игры в баскетбол	2
15.	Баскетбольные щиты с кольцами	1
	-	
16.	Разметка на асфальте для игр на внимание и ориентировку с прыжками, перебежками: -«Волшебный цветок»(в виде круга «центра» и кружков-«лепестков» 2-ух цветов -«Классики», «Лабиринт».	1
17.	Для лазания с 6-ю пролётами	1
18.	Разметка на асфальте для ходьбы, бега, построений, перестроений, ОРУ, подвижных игр:	1

Пункты Полосы препятствий:

№ п/п	Название пункта полосы препятствий	Оборудование (разметка) пункта полосы препятствий	Функциональное назначение
----------	---------------------------------------	--	------------------------------

1.	«Весёлая дорожка»	Разметка на асфальте (змейка, геометрические фигуры, горизонтальные полосы, классики, разноцветные следочки)	для прыжков, бега, ходьбы
2.	«Разноцветные кочки»	Автомобильные шины (14 шт.), вкопанные в ряд с одной стороны травяной площадке	для бега, перешагивания, перепрыгивания
3.	«Ловкие обезьянки»	Разновысотный турник (высота перекладин от пола 80 см и 135 см)	для подлезания, подтягивания, висов
4.	«Меткие стрелки»	Подвесные мишени в вертикальную цель, регулируемая по высоте метки с расстоянием для метания (1, 2, 3, 4, 5 м)	для метания в вертикальную цель
5.	«Волшебная паутина»	Вертикальная стойка - лазилка из 5 пролётов с перекладинами и круглыми отверстиями.	для пролезания, лазанья, перелезания
6.	«Скалолазы»	2 параллельных заборчика	для висов, лазанья, перелезания, ходьбы в присяде и полуприсяде
7.	«Узкий мостик»	Деревянный мостик с наклонными подъёмом и спуском и горизонтальной частью высотой 20 см.	для упражнения в равновесии
8.	«Озорные воротца»	Металлические стойки-воротца (6 штук), вкопанные поперёк песчаной дорожки на расстоянии 65 см друг от друга	для обегания, подлезания, перелезания
9.	«Прыг-скок»	Разметка на асфальте в виде разноцветных кружков «лепестков» «Волшебный цветок»,	для координации движений во время ходьбы и бега.
10.	«Змейка»	Вертикальные лесенки высотой 50 см для пролезания между их пролётами.	для закрепления навыков подлезания.

График проведения физкультурных развлечений на 2021 - 2022 учебный год (по средам)

Неделя	Группа	Время
1 неделя	2 младш А	15 ⁴⁰ - 16 ⁰⁰
	средняя «А»	15 ⁴⁰ - 16 ⁰⁰
	средняя «Б»	15 ⁴⁰ - 16 ⁰⁰
2 неделя	старшая «Б»	15 ³⁵ - 16 ⁰⁰
	старшая «А»	15 ³⁵ - 16 ⁰⁰
3 неделя	подг. «А»	15 ³⁵ - 16 ⁰⁵
	подг. «Б»	15 ³⁵ - 16 ⁰⁵
4 неделя	Логопедическая	15 ³⁵ - 16 ⁰⁵

План физкультурных досугов МБДОУ «Детский сад № 46 «Одуванчик» на 2021-2022 учебный год.

<i>сроки</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая/Логопедическая группа</i>
<i>сентябрь</i>	«Наши игрушки-мячики!»	«Путешествие по спортивной площадке»	«Береги здоровье свое»
<i>октябрь</i>	«Где растет репка?»	«Запасы на зиму»	«Золотая и дождливая осень»
<i>ноябрь</i>	«Дорожка-сказка»	«Остров Сокровищ»	«Лес в жизни человека и животных»
<i>декабрь</i>	«Наряжаем елочку»	«В гости к ёлке»	«Времена года. Календарь»
<i>январь</i>	«В гости к белому медвежонку»	«Зимние развлечения»	«Хоккей – зимняя олимпийская игра»
<i>февраль</i>	«Играем вместе с папой» <i>(совместно с папами)</i>	«Мой папа самый-самый!» <i>(совместно с папами)</i>	Праздник 23 февраля «Солдаты» <i>(совместно с папами)</i>
<i>март</i>	«Теплое солнышко»	«Каким бывает огонь» Праздник- «Масленица»	«Про храбрых и отважных»
<i>апрель</i>	«Кто умеет летать?»	«Выдумщики и фантазеры»	«Космонавты – в полет»

		изобретатели»	математика вас жд
<i>май</i>	«В деревне и на даче»	«Летние путешествия»	«Спортивная кару

3.2.2. Перечень нормативных и нормативно-методических документов.

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года, — ООН 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: pravo.gov.ru.
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. - 2013. - 19.07 (№ 157).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к

персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).

12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).

13. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)

14. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования, - 2014. - Апрель. - № 7.

15. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

3.2.3. Перечень литературных источников

При разработке ОП использовались следующие литературные источники, представленные в данном перечне в порядке, учитывающем значимость и степень влияния их на содержание Программы.

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного

- образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - 3-е изд., испр. И доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015г.
2. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет» Под ред. Т.Н. Дороновой 2002.
 3. Васильева, М.В. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст]: метод. пособие / Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 3-е изд. испр. и доп.- М.: Мозаика- Синтез, 2005. -208 с.
 4. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играй на здоровье»: М.-2004
 5. Галанов А.С. Игры, которые лечат. Москва 2004 год;
 6. Галицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / – М.: Скрепторий, 2004.
 7. Глазырина Л.Д. Физическая культура- дошкольникам. –М.:Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,1999.-304с.
 8. Глазырина Л.Д., Овсянин В.А Методика физического воспитания детей дошкольного возраста:Владос-2001
 9. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий: М.- 2005
 10. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию
 11. Добророднова, О.В.,Бредихина, Ю.Ю. Использование нестандартного физкультурного оборудования в работе с детьми, имеющими речевые нарушения [Текст]/ О.В.
 12. Ермак Н.Н. «Физкультурные занятия в детском саду: творческая школа для дошколят»/ Серия «Мир вашего ребёнка».-Ростов н\Д:»Феникс», 2004.- 288с.
 13. Ермак, Н.Н. Физкультурные занятия в детском саду: творческая школа для дошколят [Текст] /Н.Н. Геллер – Ростов, Феникс, 2004.
 14. Журнал «Обруч», №1- 2005 год / №5= 2007 год.
 15. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации МАТЕРИАЛЫ Всероссийского совещания.-М.: Издательство ГНОМ и Д,2002.-320с.
 16. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика воспитание детей дошкольного возраста М.,1985.
 17. Кирченко Н.А. Развитие основных физических качеств и координационных способностей.- Мозырь: Белый Ветер, 2015
 18. Кособуцкая Г.,Алябьева Н. Организация физкультурной подготовки старших дошкольников: журнал дошкольное воспитание 2009/9 с.97
 19. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста: Метод, рекомендации/ Сост. Г.П. Юрко. – М, 1983 (к «Программе воспитания и обучения в детском саду» под. ред. М.А. Васильевой).
 20. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Рациональная организация предметно-пространственной среды как фактор совершенствования физического

- воспитания /Центр «Дошкольное детство» им. А.В. Запорожца-М,2001
21. Осокиной Т.И., Тимофеевой Е.А., Руновой М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. М.: Мозаика-Синтез, 1999.
22. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет /. – М.: Владос, 2002.
23. Полтавцева Н. В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С. Гаврилова И.А. Формирование здоровьесберегающего поведения детей 5 года жизни. – Ульяновск 2010
24. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. программа «Из детства- в отрочество» Физическая культура в дошкольном детстве: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей- М.: Просвещение. 2005.
25. Потапчук А.А. Гимнастика и массаж: Для малышей 3-7 лет.-СПб.: Издательский дом «Азбука-классика»,»2009.-176с.-(программа для мамы)
26. Программа развития и воспитания детей в детском саду «Детство» / В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н. А. Ноткина. СПб.: Детство - Пресс, 2005
27. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду /. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
28. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность-источник здоровья детей. (Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды) [Текст] : Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей./ М.А. Рунова – М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.-96 с+ цв. вкл. 16 с.
29. С.Д. Ермолаев «Физкультура - это радость! Спортивные игры с нетрадиционным оборудованием. «Детство-Пресс» Санкт-Петербург-1998
30. Соловьва Н.И., Чаленко И.А. «Здоровый образ жизни». Конспекты, занятия, физические упражнения, подвижные игры.- М.-2007
31. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М Академия, 2001. 368 с. .
32. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1до 14 лет.- М.:Новая школа,1994-288с.
33. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. /. – М.: Сфера, 2015.
34. Токаева Т.Э. Парная гимнастика. Программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет. Волгоград, 2011
35. Фёдорова. С.А. Нестандартное оборудование на занятиях по физической культуре [Текст]/ С.А. Фёдорова // Инструктор по физкультуре. – 2010-№4-С.95-99
36. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.«Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей.- СПб.:Детство-пресс,2006. -352
37. Фролов В.Г., Юрко Г.П., "Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста", М., 1983 г.
38. Чёрной Н.Л. Нарушение опорно-двигательного аппарата у детей.

Диагностика, профилактика и коррекция. Ростов-на-Дону «Феникс»-2007

39. Шебеко В. Физическая культура дошкольника: журнал дошкольное воспитание 2009/5 с.18

40. Шебеков В.Н. вариативные физкультурные занятия в детском саду: старший дошкольный возраст/ пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.:Изд-во Института Психотерапии,2003-100с.

41. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет /. – М.: Владос, 2003.

42. Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред.. – М.: Школьная пресса, 2006.

Перспективное планирование консультаций с родителями по образовательной области «Физическое развитие» МБДОУ «Детский сад № 46 «Одуванчик» на 2021-2022 учебный год.

Инструктор по физической культуре: Гайнуллина Н.В.

(сроки)	СРЕДНЯЯ (МЛАД.) ГРУППА	СТАРШАЯ ГРУППА	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
	темы консультаций		
СЕНТЯБРЬ	«Спортивная форма на занятиях по физической культуре»	«Диагностика физической подготовленности старших дошкольников»	«Диагностика физической подготовленности старших дошкольников»
ОКТАБРЬ	«Ритмическая гимнастика как вид оздоровительной гимнастики»	«Развитие физических качеств с помощью ритмической гимнастики»	«Ритмическая гимнастика и ее виды»
НОЯБРЬ	«Значение роль развития мелкой мускулатуры на психическое и физическое развитие детей»	«Физические упражнения для профилактики плоскостопия»	«Воспитание привычки здоровьесберегающего гигиенического и двигательного поведения» о
ДЕКАБРЬ	Создание физкультурно-игровой среды в домашних условиях.	«Лыжи для здоровья»	«На лыжню»
ЯНВАРЬ	«Осанка и здоровье ребёнка»	«Скелет-крепкий каркас нашего тела»	«Осанка делает человека красивым и повышает его работоспособность»
ФЕВРАЛЬ	«Десять советов родителям по укреплению физического здоровья детей»	«Спортивный уголок»	«Здоровый образ жизни семьи»
МАРТ	«Рекомендации по изготовлению	«Фитбол гимнастика, как средство	«Тренажёры как средство профилактики

	нетрадиционного физкультурного оборудования для родителей»	коррекции осанки»	гиподинамии»
АПРЕЛЬ	«Оздоровительные и развивающие подвижные игры»	«Физическая подготовленность - важный критерий здоровья»	" Физическая подготовленность - важный критерий здоровья "
МАЙ	«Закаливание как средство физического воспитания»	«Эффективность использования различных методов закаливания в оздоровление детей»	«Закаливание-важный элемент оздоровительной работы»

Перспективное планирование непосредственной организованной образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» МБДОУ «Детский сад № 46 «Одуванчик» на 2021-2022 учебный год.

Инструктор по физической культуре: Гайнуллиной Н.В.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ						
Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающ упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1-1,5 минуты	11-12 минут			1-1,5мин.
СЕНТЯБРЬ						
1. «Здравствуй детский сад, наша	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя р.	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.	Без предметов «Весёлые ребята»	Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см) «Пройдем по дорожке»	«Солнышко и дождик»	Пальчиковая гимнастика «Дождик»
2. «Труд людей, сезонный	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.	Без предметов «Собираем урожай»	Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см) с перешагиванием через кубики «Не задень»	«Найди своё место»	Ходьба босиком по ребристой доске, по массажным коврикам
3. «Городская улица. Транспорт	Учить медленному бегу и прыжкам; развивать внимание; формировать умение выполнять упражнения вместе с педаг.	Ходьба и бег по кругу за воспитателем	С мячом	Ходьба по доске «Прыг-скок»-дорожка из обручей для прыжков	«Солнышко и дождик»	М.П.и.«Поймай комара»

4 «Городская улица. Магазины»	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте	Ходьба и бег всей группой «стайкой» за воспитателем. Построение в круг	Без предметов	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза) «Прыгаем как мячики»	«Птички»	Игровое задание «Найдем птичку»
МОНИТОРИНГ 3-4 нед.						
Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающ упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1-1,5 минуты	11-12 минут			1-1,5мин.
ОКТАБРЬ						
5 «Что нам осень принесла?»	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте	Ходьба и бег всей группой «стайкой» за воспитателем. Построение в круг	С осенними листочками К № 15	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза) «Прыгаем как мячики»	«Огуречик»	Игровое задание «Найдем птичку»
6 «Труд людей, сезонный урожай»	Учить медленному бегу и прыжкам; развивать внимание; формировать умение выполнять упражнения вместе с воспитателем	Ходьба и бег по кругу за воспитателем	Без предметов «Собираем урожай» К№4	«Бегите ко мне» - бег, «Поймай комара» - прыжки	«Попади в круг»	Спокойная ходьба по площадке

7 « Моя семья, мои обязанности »	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу: «Ворона!» надо остановиться, сказать: «Кар-кар-кар!» - и продолжить ходьбу. По сигналу «Стрекозы!» - легкий бег, врассып.	С малым мячом	Прокатывание мячей. «Прокати и догони» - толкать мяч двумя руками в прямом направлении и догоняют, на исходную линию возвращаются шагом.	«Кот и воробышки»	Пальчиковая гимнастика «Домик»
8 « Профессия моих родителей »	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу: «Ворона!» надо остановиться, сказать: «Кар-кар-кар!» - и продолжить ходьбу. По сигналу «Стрекозы!» - легкий бег,	С мячом	Прокатывание мячей. «Прокати и догони» - толкать мяч двумя руками в прямом направлении и догоняют, на исходную линию возвращаются шагом.	«Самолёты»	Ходьба в колонне по одному
Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1-1,5 минуты	11-12 минут			1-1,5 мин.
Н О Я Б Р Ь						
1 « Моя улица, мой город »	Учить ходьбе и бегу за воспитателем; учить метанию на дальность	Ходьба и бег за воспитателем по кругу	Без предметов К№21	«Кто дальше бросит шишку» - бросание. «Веселые зайчата» - прыжки	---	Ходьба по массажным коврикам

2 « Россия- моя страна!»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную	С шишками К №3	Равновесие «Пойдем по мостику». Прыжки на двух ногах через шнур, приземление на полусогнутые ноги.	«Догони мяч»	<i>Ходьба в колонне по одному с мячом в руках</i>
3 « Правила дорожного движения. Безопасное поведение »	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную	Без предметов К №11	Равновесие «Пойдем по мостику». Прыжки на двух ногах через шнур, приземление на полусогнутые ноги.	«Перебрось через шнур»	<i>Ходьба в колонне по одному с мячом в руках</i>
4 « Виды транспорта, их профессии »	Учить ходьбе и бегу за воспитателем, ориентировке в пространстве; формировать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга	Ходьба за воспитателем по кругу. Бег за воспитателем по кругу.	Без предметов «Самолёты» К №18	«Птичка и птенчики» - бег. «Кролики и сторож» - прыжки, бег.	«Самолётики и тучи»	<i>Спокойная ходьба по площадке</i>

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1-1,5 минуты	11-12 минут			1-1,5мин.
ДЕКАБРЬ						
1 « Рукотворный мир (посуда, элементарные материалы)	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Ходьба и бег по кругу. Ходьба и бег чередуются.	С платочком К№9	Прыжки из обруча в обруч – двумя ногами, ноги слегка расставив, согнуть колени и прыгнуть на полусогнутые ноги мягко. «Прокати мяч» - друг другу сидя в обруче, ноги врозь.	«Лови, бросай, упасть не давай»	Игровое задание «Машины поехали в гараж»
2 « Свойство и качество материалов	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Ходьба и бег по кругу. Ходьба и бег чередуются.	С мячом К№2	Прыжки из обруча в обруч – двумя ногами, ноги слегка расставив, согнуть колени и прыгнуть на полусогнутые ноги мягко. «Прокати мяч» - друг другу сидя в обруче, ноги врозь.	«Докати мяч»	Игровое задание «Машины поехали в гараж»
3 « Здравствуй, зима »	Учить ходьбе и бегу за воспитателем, ориентировке в пространстве; формировать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга	Ходьба за воспитателем по кругу. Бег за воспитателем по кругу.	Без предметов К №24	«Птичка и птенчики» - бег. «Кролики и сторож» - прыжки, бег.		М.п./и «Подуем на снежинку»
4 «Новогодний праздник»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Ходьба в колонне по одному, враспынную, по всему залу. По сигналу «Стрекозы!» - бег, помахивая руками; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» - прыжки на двух ногах – «кто выше».		Прокатывание мячей в прямом направлении. Игровое задание «Быстрый мяч». Ползание между предметами не задевая их. Игровое упражнение «Проползи – не задень».	«Зайка серый умывается»	Игра «Найдем зайку»

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1-1,5 минуты	11-12 минут			1-1,5мин.
ЯНВАРЬ						
1.						
« Домашние и дикие животные »	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Ходьба в колонне по одному, враспынную, по всему залу. По сигналу «Стрекозы!» - бег, помахивая руками; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» - прыжки на двух ногах – «кто выше».	«Кошки-мышки» К№11	Прокатывание мячей в прямом направлении. Игровое задание «Быстрый мяч». Ползание между предметами не задевая их. Игровое упражнение «Проползи – не задень».	«Котята и щенята»	Игра «Найдем зайку»
3 « Животный мир сезона »	Продолжать учить ходьбе и бегу за воспитателем, упражнять в прыжках; учить сохранять равновесие при прыжках на 2 ногах	Ходьба и бег за воспитателем по кругу.	«Забавные зверята» № 10	«Снежинки и ветер» - бег. «Лягушки» - прыжки.	«Зайка серый умывается»	Пальчиковая гимнастика «Кошка выпускает коготки»

4 « Дети планета земля »	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Со средним мячом K14	Ползание «Крокодильчики» - лазание под шнур (высота 50 см) на четвереньках с опорой на ладони и колени. Равновесие «Пробеги – не задень» ходьба и бег между предметами, положенными на расстояние 50 см друг от друга.	«Мой весёлый звонкий мяч»	<i>Ходьба в колонне по донному за самым ловким «котом»</i>
--------------------------	---	---	----------------------	--	---------------------------	--

Тема недели	Задачи		Вводная часть		Основная часть			Заключительная часть
	Тема недели	Задачи	Вводная часть	Вводная часть	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры	Заключительная часть
					Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры	
1-1,5 минуты	1-1,5 минуты	11-12 минут	(III)	1-1,5 мин.				
МАРТ								
1 «Праздник бабушек и мам»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий детей в поднимании и опускании на коленях, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону упражнять в прыжках на одной ноге, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег по кругу – так же с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1-1,5 минуты	«Покажем маме как мы умеем»	Прыжки «Через болото» - на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Пальчиковая гимнастика	
	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий детей в поднимании и опускании на коленях, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону упражнять в прыжках на одной ноге, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег по кругу – так же с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1-1,5 минуты	«Покажем маме как мы умеем»	Прыжки «Через болото» - на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Пальчиковая гимнастика	
	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий детей в поднимании и опускании на коленях, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону упражнять в прыжках на одной ноге, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег по кругу – так же с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1-1,5 минуты	«Покажем маме как мы умеем»	Прыжки «Через болото» - на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Пальчиковая гимнастика	
	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий детей в поднимании и опускании на коленях, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону упражнять в прыжках на одной ноге, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег по кругу – так же с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1-1,5 минуты	«Покажем маме как мы умеем»	Прыжки «Через болото» - на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Пальчиковая гимнастика	
2 «Женские профессии»	В прыжках и беге учить приземляться на полусогнутые ноги, продолжать учить ходьбу и бег за воспитателем по кругу, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег чередуются.	1-1,5 минуты	С плоточком К №9	Прыжки на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Игра «Где спрятался мышонок?»	
	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий детей в поднимании и опускании на коленях, учить прыжки и бег по кругу полусогнутыми ногами, другую сторону упражнять в прыжках на одной ноге, другую сторону развивать координацию движений при выполнении на четвереньках и чередовании.	Ходьба в колонне по одному с высоким шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег по кругу – так же с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1-1,5 минуты	С плоточком К №9	Прыжки на двух ногах с кочки на кочки	«Мыши в кладовой»	Игра «Где спрятался мышонок?»	
3 «Изменился в празднике»	Продолжать учить ходьбе и бегу, упражнять в прыжках и метании полусогнутыми ногами в прыжках.	Ходьба и бег за воспитателем по кругу полусогнутыми ногами, руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег чередуются.	1-1,5 минуты	С мини гантелями «Мы сильные»	Равновесие «В лес по тропинке». Ходьба в умеренном темпе по одной тропинке, затем по второй, балансируя руками для поддержания равновесия. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки» - прыжки на двух ногах с продвижением.	«Ловкий шофер»	Дыхательная гимнастика	
	Продолжать учить ходьбе и бегу, упражнять в прыжках и метании полусогнутыми ногами в прыжках.	Ходьба и бег за воспитателем по кругу полусогнутыми ногами, руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег чередуются.	1-1,5 минуты	С мини гантелями «Мы сильные»	Равновесие «В лес по тропинке». Ходьба в умеренном темпе по одной тропинке, затем по второй, балансируя руками для поддержания равновесия. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки» - прыжки на двух ногах с продвижением.	«Ловкий шофер»	Дыхательная гимнастика	
4 «Мужские профессии»	Продолжать учить ходьбе и бегу, упражнять в прыжках и метании полусогнутыми ногами в прыжках.	Ходьба и бег за воспитателем по кругу полусогнутыми ногами, руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег чередуются.	1-1,5 минуты	Без предметов	«Берегись, заморожу» - бег. «Кто дальше бросит шишку» - метание.	«Ловкий шофер»	Дыхательная гимнастика	

4 «Труд людей, сезонная одежда»	Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Игровое упражнение «Твой кубик». По кругу выложены кубики. Ходьба по кругу. По команде: «Взять кубик» дети поворачиваются лицом в круг, каждый ребенок берет кубик и поднимает его над головой. На следующую команду: «Круг!» - дети кладут на место, и ходьба по кругу в другую сторону.	С двумя кубиками «Строим дом» К№13	Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». Прокатывание мячей между предметами, подталкивая его двумя руками. «Проползи – не задень» - ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами, не задевая их («змейкой»)	«Пойдём гулять»	Дидактическая игра «Одежда»
---------------------------------	--	---	--	--	-----------------	-----------------------------

Тема недели	Тема недели	Задачи		Вводная часть		Основная часть				За
		Задачи		Вводная часть	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основная часть		Подвижные игры (ПИ)	Заключительная часть	
						Основные движения				
						Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Подвижные игры (ПИ)			
			1-1,5 минуты		11-12 минут					
			1-1,5 минуты	АПРЕЛЬ 11-12 минут					1-1,5 мин.	
		Развивать умение	Игровое упражнение «Твой кубик»	МАЙ	С обручем	Игровое задание с мячом	«Найди свой	Хс		
1 «Защитники Родины»	наша планета?	Продолжать учить ходьбе и бегу, следя при этом, чтобы они не перегоняли друг друга и не наталкивали.	Ходьба по кругу. По команде: «Взять кубик» дети поочередно с лицом в круг без предметов ребенок берет кубик и поднимает его над головой. На следующую команду: «Круг!» - дети кладут на место, и ходьба по кругу в другую сторону.	Без предметов «Мы сильные» К №6	«Поезд» - бег. «Мы топаем ногами» ориентирование в пространстве.	«Прокати мяч, не задень». Прокатывание мячей между предметами, подталкивая его двумя руками, не пропуская от себя далеко. «Проползи – не задень» - ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени	«Спокойная ходьба по площадке»	5		
2 «День Победы»	1 «Земля»	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, следя при этом, чтобы не касаясь руками пола.	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Бег в рассыпную. Ходьба друг за другом. Бег за воспитателем.	С мячом	Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур задняя («змейкой»)	Воробейки и «Кто быстрее»	Ходьба в колонне с мячом в руках по массажным коврикам	Сп		
	2 «Солнышко»	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве, в выполнении заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	«Ремонт вагончиков» К №17	Равновесие «Пройди пространство. Кто быстрее» -ходьба между кубиками, руки свободно	«Паучки» - ползание по доске с опорой на ладони и колени быстро «как паучки».	«Карусель»	«Найдем карусель»		
3 «Летние путешествия и изобретатели»	3 «Выдумщики и изобретатели»	координацию движений; в равновесии.				доске в умеренном темпе, руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию. На середине (кубик для ориентира) присесть и продолжить ходьбу.		«С		
	е насекомые»	Упражнять детей в ходьбе с выполнение заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Ходьба в колонне по одному с выполнение задания, бег в колонне по одному. Ходьба и бег в чередовании.	Без предметов К №19	Ползание «Паучки» - ползание по доске с опорой на ладони и колени быстро «как паучки».	Равновесие – ходьба по доске в умеренном темпе, руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию.	«Поймай комара»	Хо Па т		

4 «Безопасность»	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную. Ходьба и бег в чередовании.	«В зоопарке» К №30	Равновесие «Пройди – не задень» -ходьба между кубиками, руки свободно балансируют. Прыжки «Лягушки-попрыгушки» - прыжки на двух ногах с продвижением вперед	«Коршун и птенчики»	<i>Пальчиковая гимнастика «Заводные машины»</i>
------------------	--	---	-----------------------	--	---------------------	---

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут

СЕНТЯБРЬ

1. «Здравствуй детский сад, наша группа»	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.) Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	ОРУ без предметов	1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя шнурами 2. Прыжки	«Найди себе пару»	<i>Пальчиковая гимнастика «Флажок»</i>
--	---	---	-------------------	--	-------------------	--

2. «Труд людей, сезонный»	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	ОРУ с флажками	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу	«Самолеты».	Самомассаж ладоней и пальцев рук.
3. «Городская улица. Транспорт»	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур .	Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную	ОРУ с мячом средних размеров «ЗАВОДИ МОТОР»	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола	«Автомобили ».	М.П./и. «Назови вид транспорта»
4 «Городская улица. Магазин»	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Построение в три колонны. Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!»	ОРУ с малыми обручами	1. Равновесие: ходьба по доске 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.	«Светофор»	Ходьба босиком по ребристой доске, по массажным коврикам

МОНИТОРИНГ 3-4 нед.

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут

ОКТЯБРЬ

5 « Что нам осень принесла? »	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Ходьба в колонне по одному,. Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании)	ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром). «СОБИРАЕМ УРАЖАЙ»	2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке	«Огуречик».	Дидактическая игра «Овощи и фрукты»
6 « Труд людей, сезонный урожай »	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу,	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке , ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	ОРУ «ПТИЧЬЯ ЗАРЯДКА»	2. Прокатывание мячей друг другу 1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах	«Найди свой цвет!».	Пальчиковая гимнастика «Курочка пьёт воду»
7 « Моя семья, мои обязанности »	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	Ходьба с выполнением различных заданий	ОРУ «КОШКИ, МЫШКИ»	2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Лиса и куры»	Малоподвижная игра «Изобрази домашнее животное»
8 « Профессия моих родителей »	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски Упражнения в ходьбе и беге Построение в круг	ОРУ «ЗАБАВНЫЕ ЗВЕРЯТА»	1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. 3.Подбрасывание мяча двумя руками	«У медведя во бору».	И.М.П. «Угадай, где спрятано».

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительна я часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты	12—14 минут		
Н О Я Б Р Ь						
1 « Моя улица, мой город »	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.	Общеразвивающие упражнения <i>С ШИШКАМИ</i>	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	Подвижная игра «Салки».	<i>Пальчиковая гимнастика «Стул»</i>
2 « Россия- моя страна!»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки».	Общеразвивающие упражнения без предметов	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу	Подвижная игра «Кот и мыши».	<i>Ходьба по дорожке со следками</i>
3 « Правила дорожного движения. Безопасное поведение »	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	Общеразвивающие упражнения с большим мячом	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки на двух ногах между предметами	Подвижная игра «Котята и щенята».	<i>Гимнастика для глаз (комплекс №4)</i>

4 « Виды транспорта, их профессии »	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	Общеразвивающие упражнения с флажками	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Прыжки на двух ногах до кубика	Подвижная игра «Ловишка».	<i>Точечный массаж лица (Б.А.Т.)</i>
-------------------------------------	---	---	---------------------------------------	--	---------------------------	--------------------------------------

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
ДЕКАБРЬ						
1 « Рукотворный мир (посула, элек.приборы, продукты) »	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег врассыпную по сигналу перестроение в колонну	Общеразвивающие упражнения с платочком	1. Равновесие 2. Прыжки через 4-5 брусков 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами	Подвижная игра «Совушка».	Психогимнастика «Холодно-жарко»
2 « Свойство и качество материалов »	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Ходьба и бег в колонне по одному . Построение в шеренгу.	Общеразвивающие упражнения СО СНЕЖКАМИ	1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке (ширина 20 см).	Подвижная игра «Снежинки и ветер ».	Дыхательное упражнение «Подуй на снежинку»
3 « Здравствуй, зима »	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную	Общеразвивающие упражнения «РЕМОНТ ВАГОНЧИКОВ»	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	Подвижная игра «Зайцы и волк»	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».

4 «Новогодний праздник»	Упражнять в выполнении действий по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную	Обще развивающие упражнения с кубиками.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Стройные ёлочки»	<i>Точечный массаж лица (Б.А.Т.)</i>
-------------------------	---	---	---	---	----------------------------------	--------------------------------------

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
ЯНВАРЬ						
« Домашние и дикие животные »	Развивать психофизические способности, по средством народных подвижных игр. Формировать навык правильной осанки.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег с замедлением и ускорением темпа по звуковому сигналу. Ходьба в колонне по одному.	Игра «Покажи отгадку»	П./и.«Снежная баба» П./и. «Гуси лебеди» П./и. «Жмурки» П./и. «Жмурки с колокольчиком»	П./и. «Стройные ёлочки»	Релаксационное упражнение под музыку

3 « Животный мир севера и юга »	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами Ходьба в колонне по одному.	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Равновесие-ходьба по канату 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками	Подвижная игра-эстафета «Поменяй предмет».	<i>Игра малой подвижности «Назови зимние игры»</i>
4 « Дети планеты земля »	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Отбивание малого мяча одной рукой о пол, равновесие-ходьба на носках между предметами	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Прыжки с гимнастической скамейки 2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз).	Подвижная игра «Зимушка-Зима»	<i>Пальчиковая гимнастика «Большой братец»</i>

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
ФЕВРАЛЬ						

1 «Перелётные и оседлые птицы»	Ознакомить с понятием З.О.Ж. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег враспынную. Построение в три колонны	Общеразвивающие упражнения «ЗАБАВНЫЕ ЗВЕРЯТА»	Полоса препятствий: 1. Равновесие 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу	Подвижная игра «Котята и щенята».	Пальчиковая гимнастика «Коготочки»
2 «Домашние птицы»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени.	Общеразвивающие упражнения на стульях.	1.Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами 3.Прыжки на двух ногах 4. Прокатывание мячей друг другу 5. Ходьба на носках	«Море волнуется»	И./з. «Вспомним лето»- Ходьба по массажным коврикам (босиком)
3 «Папин праздник»	Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег враспынную. Ходьба и бег в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с большим мячом	1.Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 1. Метание мешочков в вертикальную цель 3. Прыжки на двух ногах между предметами	«Скорее к флажку».	Точечный самомассаж «Вошебные точки»

4 «Мужские профессии»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами в ползании по гимнастической скамейке, в равновесие, в прыжках на правой и левой ноге.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки на правой и левой ноге	«Бездомный заяц»	<i>Гимнастика для глаз комплекс №12</i>
-----------------------	---	---	---	--	------------------	---

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут

МАРТ

1 «Праздник бабушек и мам»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.	Общеразвивающие упражнения. «СТИРКА»	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева 1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку	Подвижная игра «Перелет птиц».	<i>Пальчиковая гимнастика «Очки»</i>
2 «Женские профессии»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную Упражнять в прокатывании мячей друг другу;	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную.	Общеразвивающие упражнения с обручем.	1. Прыжки в длину с места 2. Перебрасывание мячей через шнур 3. Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы 4. Прокатывание мяча друг другу	Подвижная игра « Не попадись!»	<i>Самомассаж рук.</i>

3 «Изменения в природе, сезонное явление»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии.	ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	Обще развивающие упражнения с малым мячом.	1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 4. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Ручеёк»	Психогимнастика «Сасулька»
4 «Труд людей, сезонная одежда»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьей»; упражнения в равновесии и прыжках. упражнять в лазании по гимнастической стенке	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться	Обще развивающие упражнения с флажками	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки через 5-6 шнуров 4. Лазанье по гимнастической стенке 5.Ходьба по доске, лежащей на полу	Подвижная игра «Гори-гори ясно...».	<i>Пальчиковая гим-ка «Кораблик»</i>

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
АПРЕЛЬ						

1 «Земля- наша планета?»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	Обще развивающие упражнения. с кеглей.	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через препятствия	Подвижная игра «Где мы были...».	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».
2 «Солнце луна и звёзды?»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	Общеразвивающие упражнения «ПТИЦЫ»	1.Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой	Подвижная игра «Воробьи и голуби».	Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик»
3 «Выдумщики и изобретатели»	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками- «крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Общеразвивающие упражнения с мячом	1.Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м	Подвижная игра «Придумай фигуру».	М.п./и. «На шаблон смотри картину повтори» (дети ориентируясь на шаблон, выстраивают из геометрич. фигурок)

3 «Такие разные насекомые»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	Обще развивающие упражнения с косичкой.	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Прыжки на двух ногах между предметами	Подвижная игра «Поймай комара»»	<i>Пальчиковая гим-ка «Сороконожка»</i>
----------------------------	--	--	---	--	---------------------------------	---

МОНИТОРИНГ 3-4 нед.

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут

МАЙ

1 «Защитники Родины»	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. упражнять в прокатывании мяча между кубиками	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	Общеразвивающие упражнения «С ЛИСТОЧКАМИ»	1. Ходьба по доске (ширина 15 см) 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров 3. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками	Подвижная игра «Найди листок, как на дереве».	<i>Психогимнастика «Зёрнышко»</i>
----------------------	---	---	---	--	---	-----------------------------------

2 «День Победы»	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Общеразвивающ ие упражнения С НАБИВНЫМ МЕШОЧКОМ	1.Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	Подвижная игра «Карусель».	<i>М.п./и. «Передай-не роняй»- дети рассаживаются в два круга и передают шипованный мяч друг другу по кругу.</i>
3 «Летние путешествия и забавы»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Прыжки через короткую скакалку	Ходьба в колонне по одному бег врассыпную.	Общеразвивающ ие упражнения с гимнаст.палкой	1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») 4. Прыжки через короткую скакалку.	Подвижная игра «Хитрая лиса».	<i>Гимнастика для глаз «Дождик»</i>
4 «Безопасность»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. в лазании на гимнастической стенке.	Ходьба в колонне по одному бег в колонне по одному.	Общеразвивающ ие упражнения с мячом	1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева 1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее 2. Равновесие - ходьба по доске	Подвижная игра «Мяч через шнур» «Мой весёлый звонкий мяч».	<i>М.п./и. «Опасно-безопасно» (по типу игры съедобно-несъедобно)</i>

Тема недели	Задачи		Вводная часть		Основная часть				Заключительная часть	
	ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗКУЛЬТУРНОЙ КУЛЬТУРЕ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ				Общеразвивающие упражнения	Основные движения		Подвижные игры		
	Задачи	Вводная часть	упражнения (ОРУ)	Основная часть	Основная часть (ПИ)		Подвижные игры	3		
					Основная часть	Подвижные				
Тема недели	Задачи	Вводная часть	упражнения (ОРУ)	Основная часть	Основная часть (ПИ)	Подвижные игры	3			
		2-3	ющие	17-18		3-4				
			упражнения (ОРУ)							
1 «Россия-моя страна»	1.Продолжать отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую упражнять в прыжках и колонне по одному, в беге перебрасывании мяча в шеренгах.	Построение в шеренгу, проверка осанки, 2-3	ОРУ	1. Равновесие						
	2.Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную, бег между кеглями, бег в медленном темпе до 1,5 мин; Ходьба с равнения: перестроение в шеренгу, проверка осанки и перешагиванием через бруски (высота 10 см); бег в колонне по одному на вращающемся обруче по вращающейся дорожке, бег врассыпную.	ОРУ «ДЕРЕВЬЯ» Без предметов	2. Прыжки на правой и левой ноге						
	3.Повторить ползание по скамейке на животе и ведении мяча между предметами	Бег врассыпную, бег между кеглями, бег в медленном темпе до 1,5 мин; Ходьба с равнения: перестроение в шеренгу, проверка осанки и перешагиванием через бруски (высота 10 см); бег в колонне по одному на вращающемся обруче по вращающейся дорожке, бег врассыпную.	ОРУ Без предметов	3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу	«Пожарные на учении».		Релаксационное упражнение под музыку.			
	4.Упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	Ходьба в колонне по одному, сигнал воспитателя ходьба по сигналу воспитателя врассыпную, изменить направление движения. Бег между кеглями. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег поставленными в один ряд, по сигналу воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Перестроение в три колонны по сигналу воспитателя	ОРУ С ШИШКАМИ	4. «Мяч о стенку»	«Мышеловка»..		Игра малой подвижности «Угадай по голосу».			
2 «Мой город . Моя область»	1.Бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге вперед; упражнять в перебрасывании мяча.	Ходьба в колонне по одному, сигнал воспитателя ходьба по сигналу воспитателя врассыпную, изменить направление движения. Бег между кеглями. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег поставленными в один ряд, по сигналу воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Перестроение в три колонны по сигналу воспитателя	ОРУ С ШИШКАМИ	5. «Поймай мяч»	«Прыжки подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед, шеренгах»					
	2.Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность взмаха рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	Ходьба в колонне по одному, сигнал воспитателя ходьба по сигналу воспитателя врассыпную, изменить направление движения. Бег между кеглями. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег поставленными в один ряд, по сигналу воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Перестроение в три колонны по сигналу воспитателя	ОРУ с мячом.	6. «Не задень».	«Ловишка, бери ленту!»		1			
	3.Повторить ползание по скамейке на животе и ведении мяча между предметами	Ходьба в колонне по одному, сигнал воспитателя ходьба по сигналу воспитателя врассыпную, изменить направление движения. Бег между кеглями. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег поставленными в один ряд, по сигналу воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Перестроение в три колонны по сигналу воспитателя	ОРУ с мячом.	1. Прыжки с продвижением вперед						
	4.Упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	Ходьба в колонне по одному, сигнал воспитателя ходьба по сигналу воспитателя врассыпную, изменить направление движения. Бег между кеглями. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег поставленными в один ряд, по сигналу воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Перестроение в три колонны по сигналу воспитателя	ОРУ с мячом.	2. Ползание по гимнастической скамейке на животе	«Зайцы и волк»		Пальчиковая гимнастика «Зайка»			
3 «Жизнь людей и природа в городе»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.	Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем. Переход на обычную ходьбу.	ОРУ Без предметов в парах	3. Отбивание мяча о землю ногами	«Станем как ёлочка».		Игра малой подвижности «Затейники»			
	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении	. Ходьба в колонне по одному Ходьба в различном темпе; ходьба в колонне по одному и врассыпную	88 ОРУ С гимнастической палкой	«По мостику» (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками	«Мы, веселые ребята».		«			
				3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин).						
людей и природы в городе»	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении	. Ходьба в колонне по одному Ходьба в различном темпе; ходьба в колонне по одному и врассыпную	88 ОРУ С гимнастической палкой	1. Пролезание в обруч боком (не задевая за верхний край) в группировке						
				2. Перешагивание через бруски (кубики) с мешочком на голове	«Быстро возьми» «Будь ловким»					

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2-3	17-18		3-4	
	1.Упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии, повторить ведение мяча в ходьбе. Упражнять детей в беге с изменением направления движения, в ходьбе между предметами, не задвывая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя равновесие. 2.Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах, повторить игровые упражнения с преодолением препятствий, упражнять в беге	Построение в шеренгу, повторение в шеренгу, проверка осанки и равновесия, воспитателя с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами; ходьба в колонне по одному, бег между предметами в рассыпную. Ходьба в колонне по одному медленным непрерывным бег до постройки за воспитателем до 2 мин; ходьба в рассыпную.	Декабрь ОРУ Общеразвивающие упражнения с палкой	1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед 2. Провлезание в обруч с мячом в руках, в группировке 3. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши 1.«Кто дальше бросит». 2.«Не задень».	«Что оденем, мы не скажем, а покажем»» «Ловишки» Подвижная игра «Кто скорее до флажка».	Дидактическая игра «На базаре». «Сделай фигуру». Дидактическая игра «Время года»
Питание	1.Упражнять в подлезании под шнур бегом, в сохранении устойчивости в равновесии и прыжках. 2.Повторить бег с преодолением препятствий, упражнять в беге	Ходьба в колонне по одному, в рассыпную с выполнением «фигуры»; бег в рассыпную. Ходьба и бег	ОРУ На гимнастических скамейках	1. Лазанье — подлезание под шнур 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета	«Ванечке нужна одежда»	Игра малой подвижности «У кого мяч?».
Физкультура	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.	Повторяются в чередовании. Построение в шеренгу, проверка между предметами, поставленными в один ряд и бег с преодолением препятствий. Построение в колонну, ходьба и бег за воспитателем между	Общеразвивающие упражнения с ленточками	1. Равновесие 1. Прыжки 2. «Кто быстрее» 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши 3. Ползание 1.«Метко в цель».	«Одежда, обувь или головной убор» Подвижная игра «Не оставайся на полу» Подвижная игра «Мороз-Красный нос	Ходьба в колонне по одному за самым ловким водящим. Игра малой подвижности «Наряди ёлочку».
2.«Физкультура»	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель	снежными постройками; темп ходьбы и бега задает воспитатель		2.«Кто быстрее до снеговика». 3.«Пройдем по мостику».		

3 «Зима. Зимние забавы»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на живот и сохранении равновесия.		Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.		Общеразвивающие упражнения		1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе		Подвижная игра «Мороз-Красный нос».		Игра малой подвижности «Летает — не летает».	
	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели.		Построение в шеренгу. Ходьба по «звериному» игровое задание «звери в цирке». Развивать мышление по средством игрового задания в беге «На сигнал смотри, пару найди!»		Общеразвивающие упражнения с гантелями		1.«Метко в цель». 2.«Смелые воробышки		«Охотники и зайцы»		Пальчиковая гимнастика «Сон»	
	Упражнять детей ходить по «звериному» игровое задание «звери в цирке». Развивать мышление по средством игрового задания в беге «На сигнал смотри, пару найди!»		Построение в колонну по одному, ходьба и бег по кругу		Общеразвивающие упражнения с обручем		1. Лазанье стойками 2. Равновесие ходьба по скамейке 3. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями 4. Бросание мяча с перешагиванием барьера		Подвижная игра «Стоп» Подвижная игра «Хитрая лиса».		Йога в игре «Бабочка», «Кобра»	
	Закрепить навык передвижения на лыжах		Ходьба и бег врассыпную с полосой препятствий в паре.		Общеразвивающие упражнения с обручем		«Забей шайбу»! «По дорожке		Подвижная игра Мы, веселые ребята»		М.п./и. «Огонь, вода, земля, воздух»	
	Разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой;		Ходьба и бег врассыпную с полосой препятствий в паре.		Общеразвивающие упражнения с обручем		1. Равновесие 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Метание		Подвижная игра «Подними снежок»		Массаж шеи..	
4 «Новогодний праздник»	Упражнять детей ходить и бегать между предметами,; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, развивая ловкость и глазомер. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом;		Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке		Общеразвивающие упражнения с обручем		4.упражняются в ходьбе на лыжах 5.«Сбей кеглю»		Подвижная игра «У кого меньше снежков».		Самомассаж ру..	
	Упражнять детей ходить и бегать между предметами,; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, развивая ловкость и глазомер. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом;		Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке		Общеразвивающие упражнения с обручем		1. Равновесие 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Метание		Подвижная игра «Подними снежок»		Массаж шеи..	

4 «Рукотворный мир»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой. Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному; Ходьба по кругу вправо, бег по кругу ..	Общеразвивающие упражнения с веревкой	1. Прыжки в длину с места 2. Проползание под дугами на четвереньках 3. Бросание мяча вверх. 4.«Кто быстрее». 5.«Пробеги — не задень».	Подвижная игра «Белые медведи». Эстафеты: «Попади снежком в цель» «Проплыви — не задень льдину».	Игра на внимание «Снежинки, ветер, мороз».
---------------------	--	--	---------------------------------------	--	--	---

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
1 «Народная культура»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.	Ходьба в колонне по одному бег до 1,5 мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны. Игра малой подвижности Построение: одна подгруппа детей на санках, вторая на лыжах,	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Ходьба по наклонной доске 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски 3. Забрасывание мячей в корзину 4.«Точный пас» 5.«По дорожке»	Подвижная игра «Охотники и зайцы» Подвижная игра «Медведи и пчёлы».	Ходьба босиком селёдочкам «След след»
2 «Праздники и обычаи народов Поволжья»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. «Сделай фигуру!» Построение в шеренгу на лыжах выполнение различных упражнений	Общеразвивающие упражнения с палкой.	Прыжки в длину с места Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом Лазанье «Кто дальше». «Кто быстрее».	Подвижная игра «Не оставайся на полу.» Подвижная игра «Рыбак и рыбки»	Релаксационное упражнение по музыке. Дидактическая игра «Над водой, под водой».

3 «Наша армия.ВОВ»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек. Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне.	Общеразвивающие упражнения на скамейках.	1. Метание мешочков в вертикальную цель 2. Подлезание под палку 3. Перешагивание через шнур 4.«Точно в круг». 5.«Кто дальше».	Подвижная игра «Мышеловка». Подвижная игра «Ловишки-перебежки»	Ходьба за самым ловким и быстрым ловишкой.
4 «Мужские профессии»	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча. Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному; переход на бег ходьба врассыпную; построение в колонны.	Общеразвивающие упражнения. <i>РИТМИКА</i> <i>«СТИРКА»</i>	1. Лазанье 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки с ноги на ногу 4. Отбивания мяча в ходьбе 5.«Гонки санок». 6.«Не попадись». 7.«По мостику».	Подвижная игра «Гуси-лебеди». Подвижная игра «Догони свою пару»	Малоподвижная игра «Считай ша...
Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАРТ						

1 «Моя мама»	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу,	Ходьба в колонне по одному бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег враспынную. Построение в три колонны. непрерывный бег за воспитателем (до 2 мин) между ледяными постройками; переход на ходьбу.	Общеразвивающие упражнения с малым мячом.	1. Равновесие 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Перебрасывание мяча друг другу 1. «Пас точно на клюшку». 2.«Проведи — не задень».	Подвижная игра «Горелки»	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему» Игра малой подвижности «Летает — не летает».
2 «Женские профессии»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Ходьба и бег в кругу с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег враспынную между кубиками (кеглями), не задевая их.	Общеразвивающие упражнения <i>С ЛЕНТОЧКАМИ</i>	1. Прыжок в высоту с разбега 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой 3. Ползание на четвереньках между кеглями 1.«Поймай мяч». 2.«Кто быстрее».	Подвижная игра «Медведи и пчелы». Подвижная игра «Карусель».	Релаксация по музыке

3 «Весна, Капель, Половодье»	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге враспынную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	ходьба и бег враспынную между предметами (кубиками); перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре. Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 20 м,	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки правым (левым) боком 1.«Канатоходец». 2.«Удочка».	Подвижная игра «Ручеёк».	Психогимнастика «Сосулька»
4 «Животный и растительный мир»	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом.	Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег враспынную с остановкой на сигнал воспитателя. набивными мячами Упражнение в беге на скорость	Общеразвивающие упражнения «ПТИЦЫ ГОТОВЯТСЯ К ПОЛТУ»	1. Метание мешочков горизонтальную цель 2. Подлезание под шнур 3. Ходьба на носках между 1.«Прокати и сбей». 2.«Пробеги - не задень».	Подвижная игра «Перелёт птиц». Подвижная игра «Удочка»	Игра малой подвижности «Угадай по голосу»

Тема		Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть	
				Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)		
МАЙ								
1 «Защитники родины»	Упражнять детей в ходьбе и беге парами поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через низкие мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, отрабатывать навыки бросания мяча о стену. Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.	Задачи: Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону. Построение в колонну по одному, ходьба, высоко поднимая колени, бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами (в чередовании с левой ногой).	Вводная часть: Общеразвивающие упражнения С ПЛАТОЧКАМИ	Общеразвивающие упражнения В ПАРАХ НА СТЕПАХ	Основная часть: 1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3. Бросание мяча 4. «Проведи мяч». 5. «Пас друг другу». 6. «Отбей волаи» 1. Равновесие 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Метание в вертикальную цель Игровые Упражнения. 1. «Ловишки-перебежки» 2. «Стой». 3. «Передача мяча в колонне».		Подвижные игры (ПИ) Игра -эстафета «Выложи российский флаг» Подвижная игра «Пустое место» Подвижная игра «Девять камушков».	Игра «Что изменилось?».
2 «День Победы»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. упражнять в непрерывном беге, и пролезании в них. Упражнять между предметами до 2 мин; детей в непрерывном беге, упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые прыжками, с мячом. упражнения с мячом и прыжками.	Задачи: Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием между предметами через шнуры ; ходьба и бег Построение в шеренгу, врассыпную, перестроение в колонну; бег в умеренном темпе за воспитателем до 2 мин (в чередовании с ходьбой).	Общеразвивающие упражнения с флажками.	Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой	Основная часть: 1. Прыжки в длину с разбега 2. Перебрасывание мяча 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-скакалке» 4. «Прокати — не урони». 5. «Кто быстрее». 6. «Забрось в кольцо».		Соревновательная игра «Выложи фигуру» Подвижная игра прыжками «Кто быстрее» «Совушка».	Игра малой подвижности «Найди и спрячь».
3 «Спортивные игры»	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии. Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками , с бегом.	Задачи: Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба с перешагиванием через кубики бег с перепрыгиванием через кубики скамейке на носках	Общеразвивающие упражнения с мячом. «БАСКЕТБОЛИСТЫ»	Общеразвивающие упражнения ВОСТОЧНАЯ	Основная часть: 1. Лазанье по гимнастической стенке 2. Прыжки через короткую скакалку		Подвижная игра «Попади в баскетбольное кольцо» Подвижная игра «Горелки»	Гимнастика «Сиди тихо»

3 «Животный и ползания и прыжки»	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. Упражнять в беге на скорость; упражнять в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой; Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба и бег враспынную. скамейке боком приставным шагом	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя 2. Лазанье - пролезание в обруч правым 3. Ходьба по гимнастической	«Подвижная игра «Гори, гори - ясно..!»	Ходьба босиком по дорожке с массажными ковриками.
4 «Летние забавы и игры»	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом.	Построение в колонну по одному; ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение «Быстро в колонны». кеглями	Общеразвивающие упражнения с кольцом	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 3. Прыжки на двух ногах между «Сделай фигуру!» «Мяч водящему». «Кто быстрее»	Подвижная игра «Караси и щука». Подвижная игра «Ловишка, бери ленту!».	Пальчиковая гимнастика «Солнце»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

Тема недели	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключ
			Общеразвивающ ие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
СЕНТЯБРЬ						
1 «Детский сад. День знаний»	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег врассыпную; бег с нахождением своего места в колонне	Без предметов	I. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; II.Прыжки на двух ногах через шнуры III. Перебрасывание мяча друг другу снизу	П.и «Ловишка, бери ленту!»	Паль- гимнастик здоров «Вс
2 «Юный гражданин»	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием ло предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу воспитателя Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу и перестроение в три колонны.	ОРУ С флажками	1.Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2.Перебрасывание мяча через шнур друг другу 3.Лазанье под шнур,	П/И «За мячом» Подвижная игра «Совушка»	Упраж рассл «Заме дви Релакс му
3 «Города моей страны»	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах за ла (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.	ОРУ с мячом.	1.Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3.Упражнение на умение сохранять равновесие	Подвижная игра «Удочка» Подвижная игра «Совушка»	Дидактич Большо го Дидактич «Назо
рода моей бы»	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить	Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу воспитателя. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу	ОРУ С гимнастической 9 флажко	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2.Ходьба по гимнастической скамейке;. 3.Прыжки из обруча в обруч	Подвижная игра «Не попадись» «Круговая лапта».	Игра « фи

		Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения: ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному,	ОРУ со скакалкой ОРУ «НА ЛЫЖАХ»	1.Ползание по гимнастической скамейке 2.Равновесие 3.Прыжки через короткую скакалку	Подвижная игра «Проплыви под льдинами» (полоса препятствий	Упражнение на расслабление «Палуба»
Тема недели	4 «Рукотворный мир»	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. Закреплять повороты на лыжах. Упражнять в равновесии.	перестроение в три колонны.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основная часть 1.Ходьба скользящим шагом по учебной лыжне (300 м). 2.Ходьба змейкой по учебной лыжне с поворотами 3.Упражнение на равновесие.	Подвижные игры (ПИ) Догонялки	Легкий бег без лыж 2
МАРТ							
1 «Моя мама»		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Ходьба в колонне по одному: ходьба и бег между кеглями и кубиками Ходьба и бег врассыпную	ОРУ ВОСТОЧНАЯ ГИМ-КА (БУДНИ ПРЕДМЕТОВ)	1. Равновесие 2. Прыжки 3. Эстафета с мячом 4. Бросковые упражнения	Подвижная игра «Ключи».	Заклучительная часть
		Повторить упражнения в беге на скорости, упражнять в сохранении равновесия при прыжках на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного	Игровое упражнение «Бегуны».	ФЕВРАЛЬ		Игра «Совушка». «Горелки»	Дидактическая игра «Весенние приметы»
	Упражнения в прыжках	Упражнять в выполнении задания с прыжками	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров «Быстро по местам».	АЭРОБИКА с обручем «НА	1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке 2.Броски мяча 3. Прыжки на двух ногах	Подвижная игра «Ключи».	Акробатическое упражнение «Черепашка»
	Упражнения в прыжках	Упражнять в выполнении задания с прыжками	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров «Быстро по местам».	АВТОМОБИЛИЗМ	1.Прыжки 2.Перебрасывание мяча под дугой сетку 3.Ползание под шнур Игра с бегом «Мы — веселые ребята».	Подвижная игра «Затейники».	Игра «У козочки»
2 «Женские профессии»	Упражнения в прыжках	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, бег врассыпную, повторить упражнения в бросании мяча, с клюшкой (с прыжками), ходьба, бег врассыпную, закрепляют лыжи на ногах. Педагог проверяет выполнение задания.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров «Быстро по местам».	ОРУ в парах с	1, Прыжки 2.Переброска мячей друг другу 3.Лазанье пол дугу	Игра «Охотники и утки»	Игра «У козочки»
	Упражнения в прыжках	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком	Ходьба в колонне по одному затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за				использованием карточек)
2 «Народная культура»	Упражнения в прыжках	Упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. Учить выполнять боковые шаги переступанием вправо и влево, повороты вокруг себя. Повторить ходьбу на лыжах ступающим и скользящим шагом	спиной. Ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. Игра «Фигуры». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке	гимнаст-кой палкой «НА ПОДВОДНОЙ ЛОДКЕ»	4 «Гонки санок». 5. «Пас на клюшку». 6.Ходьба на лыжах по учебной лыжне	Подвижная игра «Не оставайся в воде». (по типу игры «Не оставайся на земле»)	Йога в игре «Крестик» М.П./и. «Отгадай загадку»
	Упражнения в прыжках	Повторить ходьбу со сменой темпа	Ходьба в колонне по одному		Лазанье на гимнастическую стенку		

Тема недели 3 «Весна, - Мелкие Полосы»	Развивать выносливость по средством прохождения полосы препятствий, укреплять мышцы туловища, напомнить о безопасном поведении. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя, ходьба на носках ходьба и бег врассыпную. Игра с бегом «Кто скорее до мяча»	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основная часть Полоса препятствий. Основные движения 1. «По песочным кочкам» 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Львица»), 3. Равновесие — ходьба по шнуру 4. Подтягивание лёжа на спине. 5. Прыжки с захватыванием и переброской мячей в шеренгах. 1. «Перешагни — не задень». 2. «С кочки на кочку» 1. «Пас ногой» 2. «Ловкие зайчата»	Подвижные игры (ПИ) <u>Подвижная игра «Паук и мухи»</u> <u>Подвижная игра «Горелки»</u> Подвижная игра «Хитрая лиса». Подвижная игра «Охотники и утки».	Заключительная часть Йога в игре «Кобра», «Лев»
	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Игра «Быстро возьми». Игровое задание «Быстро в шеренгу»	ОРУ с малым мячом	Равновесие 1. «Перешагни — не задень». 2. «С кочки на кочку» 1. «Пас ногой» 2. «Ловкие зайчата»	Подвижная игра «Хитрая лиса». Подвижная игра «Охотники и утки».	И./м.п. «На поиски источника с водой» Ходьба по массажным коврикам босиком Игра малой подвижности «Великаны и гномы».
	Повторить упражнения в ходьбе и беге, упражнять детей, в прыжках, в лазаньи, в разбеге, в переброске мяча друг другу. Повторить упражнения на равновесие и прыжки. Повторить игровое задание с ходьбой и прыжками. Повторить игровое упражнение с бегом, в прыжках с мячом.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с «Случайный сигнал» педагога. Игровое упражнение «Салки — перебежки».	Общеразвивающие упражнения с обручем «В РАКЕТЕ»	1. Лазанье на гимнастическом резбе. 2. Броски мяча друг другу в стену. 2. Равновесие 3. Ползание на четвереньках 1. «Пас ногой» 2. «Пингвины».	Подвижная игра «Пакеты». <u>Подвижная игра «Передай мяч»</u> « Чьё звено скорее соберётся?»	Дидактическая игра «Никто не лезет туда, где не положено» М.П./и.т. «Невесомость» (дети выполняют упражнения «Ласточка», «Цапля» и др. кто дольше удержит положение)

Тема занятия «Спортивные игры»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два). Метание мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Движения по одному, ходьба и бег в рассыпную. Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки»	ОРУ «НА САМОЛЁТЕ» Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	1. Метание мешочков на дальность Основная часть 2. Основные движения скамейке 3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове 4. Прыжки на двух ногах	Подвижные игры и медведи» Подвижная игра «Перебежки»	Заключительная часть Пальчиковая гимнастика «Вертолёт»
			МАЙ	1. «Пройди — не задень». 2. «Кто дальше прыгнет».		«Сороконожка»..
	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с выполнением заданий; упражнения в продвижении вперед на одной ноге; равновесии, в прыжках и с мячом. Повторить ходьбу и бег с мячом. Упражнять детей в продолжительном выполнении заданий; упражнения в беге, упражнять в прыжках через равновесии, в прыжках и с мячом. короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя. Игровое задание «По местам» перестроение в пары по ходу Игровое задание «По местам» движения (без остановки); бег в рассыпную. Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе (продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу; повторить бег.	ОРУ с обручем ОРУ С ГАНТЕЛЯМИ	3. «Пас ногой». 1. Равновесие 4. «Поймай мяч». 2. Прыжки с ноги на ногу 3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока КРУКОВАЯ ТРЕНИРОВКА ПО СТАНЦИЯМ (в парах) С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ 4. «Пас на ходу». 5. «Брось — поймай». 6. «Прыжки через короткую скакалку»	Народные подвижные игры «Подвижная игра «Воллейбол» «Ручек». «Баскетбол» «Орелки». «Мышеловка» «Перетягивание каната».	Игра малой подвижности «Воланчик». Игра «Воллейбол».
1 «Воспитатель»						
2 «День Победы»	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег в рассыпную. Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе (как мышки) в чередовании; бег в рассыпную.	ОРУ с мячом (большой диаметр)	1. Прыжки в длину с места 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 3. Пролезание в обруч прямо и боком 4. «Ловкие прыгуны». 5. «Проведи мяч» 6. «Пас друг другу	Подвижная игра «Волк во рву»	Игра малой подвижности «Летает — не летает». Ходьба в колонне по одному.

3 «Животный и растительный мир»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с ленточками	1.Метание мешочков на дальность 2.Равновесие 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках «Мяч водящему». «Кто скорее до кегли». Индивидуальные игры с мячом.	Подвижная игры по выбору детей	«Нарисуй детский сад.»
	ДИАГНОСТИКА 4-3 неделя					