

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №12 «Аленушка» г.Сальска**

Рассмотрена и принята к
утверждению
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 22 августа 2023г.

Утверждаю: _____
О.Ю. Шавлинская
Заведующий МБДОУ №12
«Аленушка» г.Сальска
приказ №120 от 01.09.2013г..

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
Свита Марины Викторовны
на 2023-2024 учебный год**

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

2023г.

Содержание

I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цели и задачи Программы	6
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	8
1.4.	Характеристика возрастных особенностей детей	9
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	18
1.6.	Педагогическая диагностика	23
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Задачи и содержание ОО «Физическое развитие»	26
2.1.1	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	26
2.1.2	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 2 до 3 лет	28
2.1.3	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 3 до 4 лет	32
2.1.4	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 6 до 7 лет	36
2.2.	Перспективное планирование	43
2.3.	Интеграция с другими образовательными областями	44
2.4.	Цели, задачи, принципы взаимодействия с родителями	45
2.5.	Методы и способы реализации Программы	45
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	48
2.7.	Приложение 1 (Перспективное планирование)	51
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Организация образовательной деятельности	51
3.2.	Регламентация образовательной деятельности	51
3.3	Организация развивающей предметно-пространственной среды	52
3.4.	Программно-методический комплекс образовательного процесс	53

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее – Программа) раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей раннего, младшего и старшего дошкольного возраста по образовательной области «Физическое развитие» в МБДОУ «Детский сад №12 «Аленушка» г Сальска.

Программа разработана в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028, (далее – ФОП) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022, (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023)
- Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”»
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся»
- Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 № 71847)
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. № 1155 (с изм. на 08.11.2022);
- Указ Президента Российской Федерации Путина В.В. от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования по обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Образовательная программа дошкольного образования;
- Устав;
- Локально-нормативные акты.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Содержательный раздел включает задачи и содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» четырех возрастных групп воспитанников.

В нем представлено описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Включены образовательные технологии, способствующие физическому развитию дошкольников.

Указаны особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, а также способы поддержки детской инициативы в двигательной деятельности.

Показаны особенности взаимодействия инструктора по физической

культуре с семьями обучающихся. Даны направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических условий реализации Программы, организацию развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале и в группах детского сада, материально-техническое обеспечение.

В разделе представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 1,5 до 7-ми лет) и видам двигательной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

1.2. Цели и задачи Программы.

Содержание Программы направлено на реализацию целей и задач.

Цель Программы: Сохранение и укрепление здоровья детей, разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Основные задачи:

1. Формировать опыт в двигательной деятельности.
2. Содействовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
3. Способствовать освоению основных движений (ходьбы, бега, прыжков, поворотов в обе стороны).
4. Развивать гибкость, равновесие, координацию движений, крупную и мелкую моторику обеих рук.
5. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.

Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий,

в которых осуществляется образовательная деятельность:

Для младшего дошкольного возраста

- Проявлять максимально заботливый уход за ребенком и постоянное внимание к его состоянию; формировать чувство безопасности, защищенности, доверия.
- Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка.
 - Создавать условия для обеспечения физиологической зрелости систем и функций организма ребенка с учетом его возрастных и индивидуальных возможностей.
 - Создавать условия для сенсорно-моторного развития. • Обеспечивать развитие движений на основе эмоционально-позитивного общения с близким взрослым и в совместных действиях с ним; формировать потребность в двигательной активности.
 - Формировать опыт управления своим телом, овладения разнообразными «динамическими» позами и способами перемещения в пространстве; начинать знакомить со строением тела (показывать и называть части тела) в процессе умывания, одевания, кормления, в играх-забавах на основе пестушек.

Для старшего дошкольного возраста

- Повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
- Обеспечение гармоничного физического развития. совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений. Формирование правильной осанки.
- 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. потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать уважение к своему дому, малой Родине, любви к спорту.

- Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Коррекционный раздел:

- оздоровление психики, воспитание уверенности в себе, своих силах;
- развитие двигательного аппарата: координации движений, развитие дыхания, мелкой моторики, ориентировки в пространстве;
- активизация словаря ребенка, исправление речевых недостатков;
- выбор оптимальных для развития ребёнка с ОНР коррекционных методов и приёмов обучения в соответствии с его особыми образовательными потребностями.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО, рекомендованных ФОП:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы.

Программа:

– сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;

– определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;

– обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;

– сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объем, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

1.4. Характеристика возрастных особенностей детей

В 2023-2024 учебном году являюсь инструктором по физическому развитию в четырех возрастных группах ДОО:

- группа раннего возраста общеразвивающей направленности детей 1,5-2 лет,
- группа раннего возраста общеразвивающей направленности детей 2-3 лет,
- II младшая группа комбинированной направленности детей 3-4 лет, в группе 1 воспитанник имеет статус ребенок-инвалид,
- подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности детей 6-7 лет.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности с обучающимися дошкольной организации и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей в соответствии с направлениями развития ребенка.

Группа раннего возраста (второй год жизни)

Особенности физического и психического развития Темпы физического развития детей второго года жизни несколько снижаются по сравнению с первым. Ежемесячно вес тела ребенка увеличивается на 200– 250 г, длина тела — на 1 см. К концу года рост ребенка варьируется в пределах 83–91 см, а вес — 11–13 кг (приведены средние показатели по данным ВОЗ). Постепенно совершенствуются все системы организма. Ребенок окреп физически, освоил прямохождение, стал более свободно владеть своим телом и пространством. Он много и разнообразно двигается (ходит, бегает, прыгает, лазает, поднимается по ступенькам и др.). Трудности и преграды вызывают у малыша желание их преодолеть и позитивные эмоции. Изменения функциональной организации мозга связаны с дальнейшим прогрессивным созреванием коры больших полушарий. Формируется ансамблевая

организация нейронов, что обеспечивает усложнение процессов восприятия и переработки информации, поступающей через разные анализаторы [16]. Повышается работоспособность центральной нервной системы. На втором году жизни периоды бодрствования составляют 4–4,5 часа, в течение которых ребенок активно познает окружающий мир и самого себя. Совершенствуются все психические процессы, в первую очередь — зрительное восприятие, а во взаимосвязи с ним — память, наглядно-действенное мышление и предпосылки наглядно-образного мышления. Характерная особенность этого периода жизни — высокая познавательная активность и на этой основе — развитие инициативных предметных действий. Каждый предмет обладает для ребенка огромной притягательной силой (повышенный интерес к миру предметов психологи называют «предметным фетишизмом»). Ребенок активно познает не только разнообразные предметы, но и их основные свойства — форму, цвет, величину, фактуру, вес, назначение, разные способы использования и др. Кинестезия (ощущение положения и движения отдельных частей тела, сопротивления и тяжести внешних предметов) становится мерой расстояния, величины и пространственного положения предметов: далеко или близко, высоко или низко, большой или маленький, тяжелый или легкий. Это достигается интеграцией функций разных органов чувств. Свобода перемещения в пространстве открывает ребенку большие возможности познания и освоения различных предметов, открытия новых свойств и связей между ними. Он начинает постигать зафиксированные в культуре значения предметов (чашка, чтобы пить; полотенце, чтобы вытираться и др.). На этой основе может сопоставить реальный предмет с его изображением на картинке и названием (звучащим словом), что становится основой формирования знаковой функции мышления. Формируются сенсорно-моторные ориентировки, от которых зависит успешность предметной деятельности и наглядно-действенного познания. Обследование хорошо знакомых предметов начинает выполняться не только зрительно-двигательным, но и зрительным способом. Ребенок активно использует «инструментальные движения» (орудийные действия) — ест ложкой, расчесывается, оставляет «след» на бумаге карандашом и кистью, действует с дидактическими игрушками и др. Освоение орудийных действий на основе подражания действиям взрослого и в результате самостоятельного экспериментирования происходит постепенно. Сначала ребенок опытным путем выделяет функцию предмета (открывает смысл действия), а затем его операционально-техническую сторону. Двухлетний ребенок способен к обобщению предметов по функции (действию, способу, назначению) и к переносу действия в новые условия. Многие действия может выполнять двумя руками одновременно (экспериментирование с песком, снегом, тестом, тканью, бумагой, красками). Проявляет интерес к разным видам художественной деятельности, основанной на ассоциациях и подражании взрослому. Но движения зачатую нестабильны, спонтанны. Ребенок быстро переключается с одного предмета или вида занятий на другой, привлекая

его внимание в данный момент. В этот период жизни поведение и вся психическая жизнь ребенка зависят от конкретной жизненной ситуации (ситуативны)

Первая младшая группа (третий год жизни)

Особенности физического и психического развития Рост трехлетнего ребенка обычно достигает 99–102 см, а вес — 14–16 кг (средние показатели по данным ВОЗ). За год ребенок вырастает на 7–8 см и прибавляет в весе от 2,5 до 3 кг. Это уже не пухлый карапуз: исчезает округлость тела, ноги и руки становятся более длинными и стройными. Ребенок много и разнообразно двигается, продолжает активно осваивать пространство доступными способами (ходит, бегает, прыгает, переползает через предмет или подлезает под ним и др.), уверенно владеет своим телом. Он может активно бодрствовать 6–6,5 часов, но все еще нуждается в полноценном дневном сне, чередовании активности и отдыха. Качественные преобразования в физическом и психическом развитии ребенка третьего года жизни столь значительны, что это позволяет психологам, размышляющим о середине пути развития человека от момента рождения до зрелого возраста, отнести этот важный рубеж к трем годам. Ребенок продолжает с увлечением открывать мир предметов, людей, природных объектов и явлений. Он владеет многими предметными действиями — соотносящими и орудийными. Соотносящие действия позволяют ему привести в определенные пространственные отношения несколько предметов или их частей (закрыть коробку подходящей крышкой, насыпав туда крупу или положив предмет; собрать и разобрать пирамидку). Ребенок уверенно переходит к зрительному соотнесению свойств, которые начинают выступать в качестве постоянных признаков предметов, от которых зависят возможные или невозможные способы действий. Орудийные действия открывают ребенку возможность воздействовать одним предметом (орудием) на другой предмет или материал и тем самым расширять спектр действий, осуществляемых руками. При этом рука начинает выполнять роль «орудия орудий», становится более умелой. Орудийные действия — опосредованные, позволяющие ставить и достигать цели (достать предмет с помощью палочки, нарисовать картинку карандашом). Благодаря этому ребенок приобретает начальный опыт организации своей деятельности, начинает переносить освоенные способы в новые условия, применять их для решения новых практических задач. На третьем году жизни процесс освоения действий трансформируется: от совместного с взрослым к самостоятельному. Появляются предпосылки позиции субъекта предметной деятельности: инициативное целеполагание на основе собственной мотивации, умение выполнять действие на основе сенсорной ориентировки, достижение результата при элементарном

самоконтроле, установление с помощью взрослых связей между результатом и способом действия. Ребенок становится все более активным, самостоятельным и умелым. Появляется особая направленность на результат деятельности, настойчивость в поиске способа его достижения. Наряду с развитием восприятия и памяти формируются основные компоненты мышления — наглядно-действенного и наглядно-образного. Развитие образных форм мышления связано с появлением первых обобщений. Умение обобщать возникает сначала в действии (эмпирически), а затем закрепляется в слове. Начинается интенсивное накопление разнообразных представлений. Формируются первые представления об окружающем мире и наглядно проявляемых связях в нем. Зарождается знаковая (символическая) функция сознания, которая наиболее ярко проявляется в речи, игре (при использовании предметов-заместителей) художественной деятельности. Ребенок овладевает разными функциями речи: сигнальной, атрибутивной, номинативной (наименование предметов, качеств, действий), коммуникативной, информативной (в т.ч. обобщающей). Для него становится значимым содержание высказывания, диалога, литературного произведения. Появляются индивидуальные предпочтения в эстетическом восприятии мира (любимые игры и игрушки, книги с картинками, музыкальные произведения, красивые бытовые вещи). Ребенок способен эмоционально откликаться на содержание художественного образа, эстетические качества предметов и выражать свои впечатления в доступных видах художественного творчества. Расширяется и становится более избирательной сфера интересов, культурных практик.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно — на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме. В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную — сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам. Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу. Основные движения: 1. Ходьба. В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку. 2. Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы. 3. Прыжки. В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а также в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть

направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места. 4. Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении. 5. Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании. 6. Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а также специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха. 7. Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза. Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений. С первой младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 10 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой. Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью.

Вторая младшая группа (четвертый год жизни)

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов. Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения терморегуляции, обеспечения

обмена веществ. Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий. Психические функции. В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение. Продолжается формирование речи, накопление словаря, развитие связной речи. В три-четыре года внимание ребёнка носит произвольный, непосредственный характер. 8 Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания – внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования эталонов — индивидуальных единиц восприятия - переходят к сенсорным эталонам - культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти и более форм предметов и до семи и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и во всех знакомых ему помещениях образовательной организации. Детские виды деятельности. Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми (мама- дочка, врач-пациент), ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый». Противоречие между стремлением быть «как взрослый» и невозможностью непосредственного воплощения данного стремления приводит к формированию игровой деятельности, где ребенок в доступной для него форме отображает систему человеческих взаимоотношений, осваивает и применяет нормы и правила общения и взаимодействия человека в разных сферах жизни. Игра детей в три-четыре года отличается однообразием сюжетов, где центральным содержанием игровой деятельности является действие с игрушкой, игра протекает либо в индивидуальной форме, либо в паре, нарушение логики игры ребенком не опротестовывается. В данный период начинают формироваться продуктивные виды деятельности, формируются первичные навыки рисования, лепки, конструирования. Графические образы пока бедны, у одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети начинают активно использовать

цвет. Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Дети способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу. Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания. Саморегуляция. В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом, ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка. Личность и самооценка. У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

Подготовительная к школе группа (седьмой год жизни)

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («полуростовой скачок роста»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица. Функциональное созревание. Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам. Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутам у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых. Важнейшим

признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова. К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт. Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров. Психические функции. К шести-семи годам особую значимость приобретает процесс формирования «взрослых» механизмов восприятия. Формируется способность дифференцировать слабо различающиеся по физическим характеристикам и редко появляющиеся сенсорные стимулы. Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как сенситивный для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут. Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут). Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, 12 способностью составлять рассказ по сюжетным и последовательным картинкам. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи, формируются предпосылки к обучению чтению. Активный словарный запас достигает 3,5 - 7 тысяч слов. Детские виды деятельности. Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему

игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Продуктивные виды деятельности выступают как самостоятельные формы целенаправленного поведения. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени осваивают конструирование из различного строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми. Саморегуляция. Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С.Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.

Личность и самооценка. Складывается иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы в образовательной области «Физическое развитие» представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

-у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

-ребенок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;

-ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;

-ребенок понимает и выполняет простые поручения взрослого;

-ребенок стремится проявлять самостоятельность в игровом поведении;

-ребенок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;

-ребенок владеет активной речью, использует в общении разные части речи, простые предложения из 4-х слов и более, включенные в общение; может обращаться с вопросами и просьбами;

-ребенок проявляет интерес к стихам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым;

-ребенок различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;

-ребенок осуществляет поисковые и обследовательские действия;

-ребенок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства;

-ребенок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе;

Планируемые результаты к четырем годам:

-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

-ребенок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;

-ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;

-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрирует стремление к положительным поступкам;

-ребенок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;

-ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;

-ребенок охотно включается в совместную деятельность со взрослым,

подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

-ребенок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогом рассказы из 3 - 4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;

-ребенок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;

-ребенок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;

-ребенок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;

-ребенок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;

-ребенок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;

-ребенок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;

-ребенок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;

Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного возраста):

-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

-ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

-ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

-ребенок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

-ребенок стремится сохранять позитивную самооценку;

-ребенок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;

-у ребенка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;

-ребенок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

-ребенок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

-ребенок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

-ребенок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;

-ребенок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи,

родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

-ребенок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать; строить смысловую картину окружающей реальности, использует основные культурные способы деятельности;

-ребенок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

-ребенок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;

-ребенок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;

-ребенок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;

-ребенок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;

-ребенок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учетом игровой ситуации;

-ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

-ребенок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

-ребенок способен планировать свои действия, направленные на

достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

1.6. Педагогическая диагностика

Педагогическая диагностика проводится в мае на физкультурных занятиях с целью оценки индивидуального физического развития детей для решения образовательных задач Программы.

Педагогическая диагностика проводится в два этапа: на начальном этапе освоения ребёнком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребёнка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребёнка.

Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания вдаль, определённые Приказом Министерства образования РФ и Министерства здравоохранения РФ № 186/272 от 30.06.1992 г.. Материалы диагностики взяты из сборника нормативно-методических документов по дошкольному образованию «Медико-педагогическое обеспечение физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях» - Ростов – на Дону, -2001 г. на основе скрининг-тестов по физической подготовленности..

Показатели физической подготовленности детей

Прыжки в длину с места (см)

Цель: определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребёнок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (см.), засчитывается лучшая из попыток.

Бег на 30 метров.

Цель: оценить скоростные качества в беге на 30 м с высокого старта.

Оборудование: 2 ориентира, секундомер.

Процедура тестирования:

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м).на дорожке отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй с секундомером на линии финиша, за которой на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «Внимание» ребёнок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребёнка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

Результат: Засчитывается лучший результат из 2 попыток.

Выносливость.

Бег на 90 м, 120 м, 150 м (сек)

Оборудование: 2 ориентира, секундомер

Процедура тестирования: Детям предлагается пробежать дистанцию в 90 м. Тест проводится по размеченной дорожке на территории детского сада. На дистанции проводится линия старта и финиша. Один взрослый находится на старте и подаёт команду «Внимание!» ребёнок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» даётся отмашка флажком и старт для бегущего, включается секундомер. При пересечении финишной линии секундомер выключается.

Результат: Выполняется одна попытка. Результат фиксируется в секундах.

Дальность броска.

Цель: определить уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности.

Оборудование: мяч для метания

Процедура тестирования: ребёнок встаёт у контрольной линии, берёт мяч и бросает его как можно дальше; при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Делаются два броска.

Результат: фиксируется лучший результат в (м.)

Показатели	пол	3года	4года	5лет	6лет	7лет
Скорость бега на 10 м (сек)	мальчик	3,5-2,8	3,3-2,4	2,5-2,1	2,4-1,9	2,2-1,8
	девочка	3,8-2,7	3,4-2,6	2,7-2,1	2,5-2,0	2,4-1,8
Скорость бега на 30м (сек)	М	11,0-9,0	10,5-8,8	9,2-7,9	8,4-7,6	8,0-7,4
	Д	12,0-9,5	10,7-8,7	9,8-8,3	8,9-7,7	8,7-7,4
Длина прыжка с места (см)	М	47,0-67,5	53,5-76,6	81,2-102,4	86,3-108,7	97,0-122,4
	Д	38,2-64,0	52,1-73,9	66,0-94,0	77,7-99,6	80,0-123,0
Дальность броска правой рукой (м)	М	1,8-3,6	2,5-4,1	3,9-5,7	4,4-7,9	6,0-10,0
	Д	1,5-2,3	2,4-3,4	3,0-4,4	3,3-5,4	4,0-6,8
Дальность броска левой рукой (м)	М	2,0-3,0	2,0-3,4	2,4-4,2	3,3-5,3	4,2-6,8
	Д	1,3-1,9	1,8-2,8	2,5-3,5	3,0-4,7	3,0-5,6
Скорость бега (сек) На 90м 120м На 150				30,6-25,0		
					35,7-29,2	
						41,2-53,0

II Содержательный раздел Программы

2.1. Задачи и содержание образовательной деятельности с детьми по ОО «Физическое развитие»

В образовательной области «Физическое развитие» сформулированы задачи и содержание образовательной деятельности, предусмотренное для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от 1,5 до 7 лет.

2.1.1. Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет

Основные задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
1,5-2 года	

<p>-создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;</p> <p>-создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;</p> <p>-поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;</p> <p>-привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;</p> <p>-укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.</p>	<p>Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.</p> <p>В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>бросание и катание: бросание мяча (диаметр 6 - 8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20 - 25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя;</p> <p>ползание, лазанье: ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15 - 20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 - 1,5 метра);</p> <p>ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (шириной 25 - 20 - 15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10 - 15 - 20 см (ширина доски 25 - 30 см, длина 1,5 - 2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5 - 15 - 18 см со страховкой.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов</p>
--	--

	<p>(погремушки, кубики, платочки и другое) и без них;</p> <p>В комплекс включаются упражнения: поднимание рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40 - 45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.</p> <p>2) Подвижные игры и игровые упражнения: педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.</p> <p>Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.</p> <p>3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).</p>
<p>2.1.2 Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 2 до 3л 2-3 года</p>	
<p>-обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;</p> <p>-развивать психофизические качества, равновесие и</p>	<p>Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление,</p>

<p>ориентировку в пространстве; -поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах; -формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям; -укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.</p>	<p>осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;</p> <p>ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 - 30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30 - 40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;</p> <p>ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;</p> <p>бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м;</p>
---	---

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

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

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

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

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

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

2.1.3. Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 3-4 лет

3-4 года	
<p>-обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;</p> <p>-развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;</p> <p>-формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;</p> <p>-укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;</p> <p>-закреплять культурно-гигиенические навыки и</p>	<p>Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.</p> <p>Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз</p>

<p>навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.</p>	<p>ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3 - 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;</p> <p>ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;</p> <p>бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м;</p> <p>прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см);</p>
--	---

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

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

котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

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

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

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

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе.

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

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится

	<p>1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.</p> <p>Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения. День здоровья проводится один раз в квартал.</p>
<p>2.1.4. Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 6-7 лет</p>	
<p>-обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; -развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; -поощрять соблюдение правил в подвижной игре,</p>	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму,</p>

<p>проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>-воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>-формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p>-сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления,</p>	<p>активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию,</p>
--	---

<p>туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; -воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>	<p>из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2 - 3 минут; быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;</p> <p>прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони;</p>
--	--

кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

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

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и

последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

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

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

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой

вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2 - 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами

соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

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

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

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

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

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

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

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

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

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

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

	<p>б) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p> <p>Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.</p> <p>Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.</p>
--	---

Совокупные задачи воспитания в рамках ОО

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

**2.2. Перспективное планирование вынесено в Приложение № 1
(стр-51-84)**

2.3. Интеграция с другими образовательными областями

Образовательная область	Программные задачи
Социально-коммуникативное развитие	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
Познавательное развитие	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта,. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностях: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье , его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
Речевое развитие	Обогащать активный словарь на занятиях физкультурой (команды, построения, виды движений, и упражнений); развивать звуковую интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
Художественно-эстетическое развитие	Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

2.4. Цели, задачи и принципы взаимодействия с родителями

Цель взаимодействия

Цель - взаимодействия детского сада с семьями воспитанников — сохранение и укрепление здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия, комплексное всестороннее развитие и создание оптимальных условий для развития личности каждого ребенка, путем обеспечения единства подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи и повышения компетентности родителей в области воспитания.

Задачи взаимодействия

- 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;
- 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);
- 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;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);

Принципы взаимодействия в соответствии с ФОО ДО

приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка в соответствии с Законом об образовании РФ: у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;

открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

План ежемесячной работы с родителями отражен в годовом плане.

2.5. Методы реализации рабочей Программы по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);

- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;

- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуя созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;

- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.

- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.).

Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.

информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение);

репродуктивный метод:

- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

эвристический метод (частично-поисковый):

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях)

2.6. Направление коррекционной работы.

Основной Формой коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников с ТНР (тяжелым нарушениями речи) остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме того проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, для нормализации ЖКТ, адаптационная, корригирующая, остеопатическая) , закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, спортивные праздники и развлечения.

Примерный перечень игр и игровых упражнений с незначительной, умеренной и тонизирующей нагрузкой

Упражнения в постарении и перестроении: «Кто быстрее дойдет до середины», «Море волнуется раз», «Осень», «Трамвай», «Хомячки» и др.

Упражнения в ходьбе:

-в колонне по одному, по два, четверками, по кругу, в шеренге с различными движениями рук;

-обычным, гимнастическим, скрестным шагом, с выпадами, в приседе, спиной вперед;

-приставными шагами вперед-назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в равновесии:

-ходьба по гимнастической скамейке на носках, боком приставными шагами, удерживая мешочек с песком на спине, приседая на одной ноге, перебрасывая мяч с руки на руку, подбрасывая и отбивая мяч о землю, о скамью;

-ходьба по узкой рейке на носках;

-пробежать по скамье, взбежать на наклонную доску и сбежать с нее;

-балансировка на сенсорном мяче, гимнастическом мяче;

-ходьба с куба на куб разной высоты

Упражнения в беге:

-бег змейкой между предметами, с препятствиями, со сменой направления, направляющего; бег непрерывно, наперегонки, по пересеченной местности и др.;

-бег со стартом из разных исходных положений;

-игры «Обручи», «Повязанный»

Упражнения в прыжках и подпрыгивании:

-подпрыгивание на месте с поворотом кругом, скрещивая и смещая ноги, сериями по 30-40 прыжков.

-прыжки через скамью с опорой на скамью со сменой ног;

-сочетание прыжков с другими видами движений;

-игры «Бегущая скакалка», «Спрыгни в кружок», «Чей красивее прыжок?»

Упражнения в лазаньи, ползании, перелезании, подлезании:

-ползание на четвереньках по полу, по скамье, по наклонной доске, по мягкой поверхности, ползание на четвереньках с высокой скоростью;

- ползание между предметами; подтягивание по скамье, на животе, на спине;
- проползание под рейками на животе
- перелазание через скамью, рейки, палки, шнуры с опорой и без опоры;
- лазание по гимнастической стенке прямо и по диагонали, перешагивая с пролета на пролет, спуск на руки;
- сочетание ползания с перешагиванием и другими движениями;
- игры «Мыши в кладовой», «Разведчики»

Упражнения на метание, бросание, ловлю и передачу предметов, мяча:

- бросание мяча вверх, о землю, о скамью и ловля его двумя руками, одной рукой;
- бросание мяча в баскетбольную корзину, через шнур, вдаль, в движущуюся цель;
- игры «Из группы в группу», «Кольцо на палочке», «Лови и бросай, упасть не давай», «Мяч в обруч», «Мяч по кругу», «Мячи разные несем», «Сбить городок».

Упражнения на развитие координации движений в крупных мышечных группах: «Запрещение движение», «Петушок», «Ухо-нос», «Четыре стихи» и др.

Упражнения на развитие динамической координации рук в процессе выполнения последовательно организацию движений:

- поочередное касание большим пальцем правой руки ко второму, третьему, четвертому и пятому пальцам в обычном и максимальной темпе;
- то же пальцами левой руки;
- то же упражнение, выполняемое одновременно пальцами обеих рук в обычном и максимально быстром темпе;
- пальцы правой (левой) руки по очереди «здороваются» с пальцами левой (правой) руки (похлопывая подушечками пальцев, начиная с большого);
- максимально развести пальцы правой (левой) руки, начиная с большого;
- сжимать пальцы правой (левой) руки в кулак и поочередно выпрямлять их начиная с большого;
- то же, начиная с мизинца;
- скатывать пальцами правой (левой) руки лист прописной бумаги в компактный шарик без помощи другой руки и др.

Упражнения на развитие динамической координации рук в процессе выполнения одновременно организованных движений:

- укладывать спички в коробок обеими руками одновременно (большим и указательным пальцами обеих рук, брать лежащие на столе спички и складывать их в спичечный коробок);
- одновременно менять положение кистей рук (одна сжимается в кулак, другая разжимается, пальцы выпрямляются);
- одновременно рисовать в воздухе указательными пальцами вытянутых вперед рук одинаковые круги любого размера (пальцем правой руки - по часовой стрелке, пальцами левой руки против часовой стрелки)
- отбивать в удобном темпе по одному такту правой (левой) рукой, одновременно с этим вытянутым вперед указательным пальцем левой

(правой) руки описывая в воздухе небольшой кружок.

Упражнения на формирование сводов стопы и укреплению ее связочно-мышечного аппарата: «Барабан», «Ловкие ноги», «Кач-кач», «Сидя по-турецки» и др.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация образовательной деятельности

Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению содержания Программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;
- самостоятельной деятельности детей.

Решение образовательных задач в рамках первой модели – совместной деятельности взрослого и детей – осуществляется в виде организованной образовательной деятельности так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов.

Формы организации образовательной музыкальной деятельности:

- фронтальная (групповая) форма;
- подгрупповая;
- игровая форма;
- индивидуально-творческая деятельность;
- интегрированная форма обучения.

3.2. Регламентация образовательной деятельности

№ п/п	Виды двигательной активности	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам
	Младшие группы	Подготовительные группы
1	Физкультурно – оздоровительная работа	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин. Ежедневно 10 мин.
1.2	Динамические перемены и физкультурные паузы между занятиями	Ежедневно 7- 10 мин.
1.3	Физкультминутки	
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 мин. Ежедневно 20 – 30 мин.
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 15 мин. Ежедневно 15-20 мин.

1.6	Оздоровительный бег	4 раза в нед.	7-10 мин.
1.7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами. Ежедневно 5 мин. Ежедневно 7-10 мин.		
2	Занятия по расписанию		
2.1	Физкультурные занятия	3 раза в нед. по 15 мин.	3 раза в нед. по 30 мин.
3	Физкультурно – массовая работа		
3.1	Дни здоровья 1 раз в квартал		
3.2	Физкультурный досуг	1 раза в мес. 20 мин	1-2 раз в мес. 40-50 мин
3.3	Физкультурно – спортивные праздники	2 раза в год 40-50 мин	
3.4	Игры – соревнования	1-2 раза в год 30-40 мин	
3.5	Самостоятельная двигательная активность (группа и прогулка) Ежедневно		
3.6	Совместная деятельность с родителями	2 раза в год 25 мин	3-4 раза в год 40-50 мин

3.3 Организация развивающей предметно-пространственной среды

Для физического развития детей в детском саду организованы следующие пространства:

1. Физкультурный зал (оснащён необходимым оборудованием, атрибутами и пособиями).
2. Физкультурные центры (уголки) в каждой возрастной группе.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала и групп детского сада отражает ценности, на которых строится Программа. РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий физическое развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разноплановой развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка.

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. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе и 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).

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, развивающая предметно-пространственная среда по физическому развитию воспитанников должна строиться на основе ведущих принципов:

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

3.4 Программно-методический комплекс образовательного процесс

1. Волошина Л.Н. Л.В. Серых Курилова Т.В. Парциальная программа «Мой веселый, звонкий мяч» Физическое развитие детей раннего возраста. ЦветМир
2. Волошина Л.Н. Л.В. Серых Образовательная программа «Теремок» для детей раннего возраста. Физическое развитие для детей второго года жизни. ЦветМир
3. Волошина Л.Н. Л.В. Серых Образовательная программа «Теремок» для детей раннего возраста. Физическое развитие для детей третьего года жизни. Цветной Мир
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 80 с.
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет. Конспекты

занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 80 с.

6. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2014. – 124 с.

7. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 40 с

8. Лопатина Л.В. Баряева Л.Б. Адаптированная примерная основная образовательная программа для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи. Санкт-Петербург ЦДК Л.Б. Баряевой 2014г. – 448с.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2-3 года. (Приложение 1)

СЕНТЯБРЬ		
Содержание организованной образовательной деятельности		
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Ходьба и бег за воспитателем. Комплекс ОРУ с флажками или скамейкой	
Основные виды движений	Проползание заданного расстояния до предмета. Прыжки на двух ногах на месте и вперёд с хлопками. Катание мяча в паре с воспитателем.	Проползание в вертикально стоящий обруч или воротца. Прыжки на двух ногах с хлопками, продвигаясь вперёд. Катание шаров друг другу. Прокатывание мяча одной рукой.
Игра	«Идите (бегите) ко мне» - по сигналу (хлопок в ладоши) бежать к педагогу, по сигналу (колокольчик) – от педагога. К «Мишке в гости» (доползти до мишки, убежать от мишки)	К «Зайчику в гости» . Собери колечки
Заключительная часть	Ходьба с дыханием	Ходьба с дыханием

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	Ходьба «Стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя. Ходьба с согласованными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. Комплекс ОРУ с платочками или со стульчиками.	
Основные виды движений	Подпрыгивание до предмета. Подползание под верёвку. Прокатывание мяча одной и двумя руками. Проползание в вертикально стоящий обруч. Прыжки на двух ногах вперёд.	Подползание под дугу. Прокатывание мяча одной и двумя руками. Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом игрушки. Прокатывание мяча между предметами.
Игра	«Собери колечки», «Доползи до игрушки»	«В гости к Мишке», «Собери пирамидку»,
Заключительная часть	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

НОЯБРЬ		
Содержание организованной образовательной деятельности		
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с кубиками или на мягких модулях. Ходьба в прямом направлении, с изменением направления. Бег не наталкиваясь друг на друга. По кругу, взявшись за руки.	
Основные виды движений	Прыжки на двух ногах на месте и вперёд. Проползание в два вертикально стоящих обруча, стоящих друг за другом. Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. Прыжки на месте с мячом в руках. Проползание заданного расстояния.	Прыжки на двух ногах через канат. Упражнения на равновесие. Ползание на четвереньках до ориентира в дугу или под модуль. Бег к ориентирам.
Игра	«Скати с горки», «Скати и догони»,	«Попрыгай, как мячик», «Прокати и догони», «Доползи до игрушки»
Заключительная часть	Ходьба с дыхательными упражнениями	

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ со скамейкой. Ходьба, перешагивая через предметы. Ходьба в прямом направлении. Бег за воспитателем, от воспитателя. Бег, догоняя катящиеся предметы.	
Основные виды движений	Перепрыгивание через линию или верёвку. Проползание в заданном направлении. Скатывание мяча с горки. Прыжки с продвижением вперёд. Перелезание через валик. Катание мяча двумя руками.	Проползание в вертикально стоящие обручи. Прыжки на двух ногах с хлопками. Катание мяча друг другу. Проползание в воротца. Подпрыгивание до ладони воспитателя.
Игра	«Пройди по дорожке», «Пройди по мостику», «Через ручеёк»	«Лови мяч», «Перелезь через бревно», «Через ручеёк»
Заключительная часть	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

ЯНВАРЬ		
Содержание организованной образовательной деятельности		
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с лентами или со стульчиками. Ходьба с опорой на зрительный ориентир. Бег, догоняя катящиеся предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.	
Основные виды движений	Прыжки в высоту. Перелезание через валик. Бросание мяча двумя руками снизу. Подползание под дугу. Перепрыгивание через верёвку.	Прокатывание мяча в дугу. Перепрыгивание через верёвку. Подлезание под верёвку. Прыжки с двух ног с продвижением вперёд до предмета. Ловля мяча. Бросание мяча двумя руками снизу. Перепрыгивание через верёвку.
Игра	«Пройди по дорожке»,	«Прокати мяч». «Лови мяч», «Через ручеёк»
Заключительная часть	Ходьба с дыхательными упражнениями	

ФЕВРАЛЬ		
Содержание организованной образовательной деятельности		
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с кубиками или на мягких модулях. Ходьба со сменой направления движения. Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Ходьба перешагивая через предметы. Бег между двумя линиями. Бег в различных направлениях.	
Основные виды движений	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Проползание в два вертикально стоящих обруча. Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. Прыжки на двух ногах с мячом в руках. Прокатывание мяча между игрушками.	Подпрыгивание до игрушки вверх. Ловля мяча. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см. Прокатывание мячей в дугу. Перепрыгивание через верёвочку.
Игра	«Скати с горки», «Пройди по дорожке»,	«Пройди по мостику», «Проползи в воротца», «Попрыгай, как мячик».
Заключительная	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

часть		
	МАРТ	
	Содержание организованной образовательной деятельности	
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с флажками. Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. Ходьба со сменой характера движения. Бег за воспитателем, от воспитателя.	
Основные виды движений	Бросание мяча. Проползание заданного расстояния. Перепрыгивание через верёвку. Прыжки на двух ногах с места, как можно дальше. Катание мяча между предметами	Перелезание через бревно. Бросание мяча двумя руками. Влезание на лестницу. Перепрыгивание через верёвочку. Проползание заданного расстояния до ориентира.
Игра	«Перешагни через палку», «Мой весёлый звонкий мяч»	«Перепрыгни через ручеёк», «Пройди по дорожке»
Заключительная	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

часть	
--------------	--

АПРЕЛЬ		
Содержание организованной образовательной деятельности		
Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с платочками, со стульчиками. Ходьба с перешагиванием верёвки на высоте 5-15 см. Бег между двумя линиями, не наступая на них. Ходьба со сменой характера движения. Бег со сменой направления движения. Ходьба с перешагиванием верёвки, палки.	
Основные виды движений	Подпрыгивание до предмета. Подползание под верёвку. Прокатывание мяча одной, двумя руками. Подползание под дугу. Прыжки с места на двух ногах, как можно дальше. Проползание в вертикально стоящий обруч.	Проползание в дугу с захватом предмета. Подлезание под верёвку. Перепрыгивание через две параллельные линии. Перелезание через бревно. Прокатывание мяча между предметами. Влезание на лестницу.
Игра	«Мишки идут по лесу», «Курочка-хохлатка»	«Попади в воротца», «Мишки по лесу идут»
Заключительная часть	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

МАЙ**Содержание организованной образовательной деятельности**

Этапы занятий	1-2 неделя	3-4 неделя
Вводная часть	ОРУ с кубиками или на мягких модулях. Ходьба с перешагиванием верёвки на высоте 5-15 см. Медленный бег до 80 м. Ходьба, огибая предметы. Непрерывный бег 30-40 сек. Ходьба со сменой характера движения. Бег со сменой направления движения.	
Основные виды движений	Прыжки с продвижением вперёд. Проползание в два вертикально стоящих обруча. Прыжки с двух ног как можно дальше. Влезание на лестницу.	Подползание под гимнастическую палку. Прокатывание мячей под дугу. Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках. Перелезание через бревно. Перепрыгивание через верёвку.
Игра	«Мой весёлый звонкий мяч» , «Перешагни через ручеёк»	«Попади в воротца», «Мишки по лесу идут»
Заключительная часть	Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями	

й работы с детьми от 1,5 до 2 лет	работы с детьми от 1,5 до 2 лет	работы с детьми от 1,5 до 2 лет	работы с детьми от 1,5 до 2 лет	
Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет
Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет	Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1,5 до 2 лет

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг.			

ОРУ	С кубиками	С кубиками	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см). 2. Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки" 3* Игровые упражнения «Мышки», «Цыплята» (высота шнура -40-50 см); с мячом – докати мяч до кегли.	4-5 1. Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком. 2. Катание мячей в прямом направлении. 6* Игровое упражнение «пойдем по мостику»,»побежим по дорожке»,»попрыгаем как зайки».	7-8 1. Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени. 2. Ходьба по ребристой доске. 9* Игровое упражнение – прыжки «перепрыгнем канавку» (прыжки через шнур; с мячом-«Докати до кегли», «Чей мяч дальше».	10-11 1. Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст. 1,5 м) 2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени. 12* Игровое упражнение с мячом- «Прокати мяч по дорожке».
Подвижные игры	"Наседка и цыплята", «Мой веселый мяч»	"Поезд", «Кот и воробушки». «Найди дом»	"Бегите к флажку", «Поезд»	"Зайцы и волк", «По мостику», «Наседка «
Заключительная часть	Игра м/п «Найди цыпленка?»	Игра м/п "Угадай кто кричит"	Игра м/п «Найдем игрушку»	Ходьба в колонне по одному.

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.				

Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоком подниманием коленей. Перестроение в 3 звена.			
ОРУ	С ленточками	С обручами	С погремушками	С кубиками
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см). 2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперед (расст. 2 м). 3* Игровые упражнения: лазание под дугу (шнуры); с мячом- «Прокати мяч и дополни», «Прокати и догони мяч»; равновесие – «Пробеги по мостику»	4-5 1. Прыжки в обруч и из обруча. 2. Прокатывание мячей в прямом направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними). 6* Игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки- «Перепрыгни из ямки в ямку»	7-8 1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м). 2. Ползание на четвереньках, переползая через препятствия. 9* Игровые упражнения : прыжки – до кубика, до обруча, до игрушки; «Перепрыгни ручеек»; с мячом- «Прокати мяч до кегли своей»	10-11 1. Подлезание под дугу (высота 50 см) на четвереньках. 2. Ходьба и бег между двумя линиями. 12* Игровые упражнения с мячом- катание мячей в парах; «Прокати в ворота»; ползание – «Доползи до зайки», «Мышки».
Подвижные игры	"Мыши в кладовой", «Поезд»	"Трамвай", «Наседка и цыплята», «Догони мяч»	"По ровненькой дорожке", «Поймай комара», «Кот и мыши», «Найди свой домик»	"Найди свой домик", «Зайка серый умывается»
Заключительная часть	Игра м/п «где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному	Игра м/п "Найди курочку"	Игра м/п «Пузырь»

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3)	2-я неделя(4-6)	3-я неделя(7-9)	4-я неделя(10-12)

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать враспынную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие.

Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3* Игровые упражнения :подлезание-«Пролезть в норку»; равновесие –«пройти по дорожке», «перешагни через кубик»; с мячом –«Прокати и догони мяч», «Поймай брошенный воспитателем мяч»	4-5 1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат. 2.Катание мячей в прямом направлении. 6* Игровые упражнения на равновесие- «Пройди по мостику»; прыжки из обруча в обруч, «с кочки на кочку»; метание «» попади снежком в корзину	7-8 Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м). 2.Подлезание под дугу (высота 50см). 9* Игровые упражнения: прыжки спрыгивание со скамейки (высота 20 см); с мячом-прокатывание между предметами; друг другу;	10-11 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50см). 2.Ходьба по доске, руки на поясе. 12*Игровые упражнения с мячом.
Подвижные игры	"Наседка и цыплята", «Найди свой домик, «Бегите ко мне»»	«Наседка и цыплята», «Воробушки и кот» "Поезд"	"Воробушки и кот", «Мой веселый звонкий мяч»	"Птички и птенчики", «По ровненькой дорожке», «Лягушки»
Заключительная часть	Игра м/п"Снежинки"	Игра м/п «Пузырь»	Ходьба	Ходьба в колонне

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег враспынную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному.			
ОРУ	С платочками	Без предметов	Без предметов	С мячами
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м). 3* Игровые упражнения : ползание , не касаясь рауками пола(высота 40-50см)-«мышки вылезли из норки»; ходьба по доске (ширина 15-20см); катание мячей друг другу в прямом направлении;прыжки через шнур.	4-5 1.Спрыгивание со скамейки (высота 15 см). 2.Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика). 6* Упражнения:ходьба по доске,прыжки со скамейки,прыжки на месте.с мячом-катание в ворота,в прямом направлении,вокруг предметов	7-8 1.Катание мячей друг другу через ворота Расс. 1,5-2 м. 2.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. 9* Игровые упражнения:прыжки продвигаясьвперед,прыжки со скамейки,прыжки вокруг предметов. С мячом-катание между предметами,вокруг предметов.	10-11 1.Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 2.Ходьба по доске, руки на поясе. 12* Игровые упражнения:катания мяча между линиями,в ворота друг другу.Лазание под шнур,не касаясь руками пола.
Подвижные игры	"Кролики", «Мой веселый звонкий мяч»,»» Догоните меня»	"Трамвай", «Наседка и цыплята», «Лохматый пес»,Найди свой дом	"Лягушки", «Найди свой цвет», «Воробушки и кот»	"Найди свой цвет", «Лягушки», «Поймай снежинку»
Заключитель-ная часть	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Найди собачку".	Игра м/п "Угадай, кто кричит", «пузырь»	Ходьба в колонне по одному.

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола.				
Вводная часть	Ходьба и бег в рассыпную и в колонне по одному, с заданиями			
ОРУ	С погремушками	С малыми обручами	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба, перешагивая через шнуры. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3* Игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками пола; ходьба по доске; катание мячей в прямом направлении	4-5 1. Спрыгивание со скамейки (выс. 15 см). 2. Прокатывание мячей в прямом направлении. 3* Игровые упражнения: Равновесие, ходьба по скамейке, перешагивание через кубики. Прыжки с высоты 15-20 см.	7-8 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3* Игровые упражнения: прыжки - из Ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу, в прямом направлении бросание снежков вдаль правой и левой рукой.	10-11 1. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске. 12* Игровые упражнения: с мячом - бросание мяча в даль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой, катание мяча по дорожке; подлезание под дугу.
Подвижные игры	"Мыши в кладовой", «Поезд», «Найди свой дом»	«Лохматый пес», "Птички в гнёздышках". «Наседка и цыплята»	«По ровненькой дорожке», «Лягушки», "Воробышки и кот"	«Воробушки и кот», "Найди свой цвет", «Поезд»
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Угадай, кто кричит".	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя руками и ловят его, прокатывают мяч между предметами.				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена.			
ОРУ	С кубиками	С султанчиками	С мячом	С мячом
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. 3*Игровые упражнения: подлезание-лазание под шнур. Прыжки – перепрыгивания через шнуры; «Допрыгай до предмета»; метание -бросание мячей; перешагивания через шнуры, ходьба по доске.	4-5 1. Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 10 см). 2. Прокатывание мяча между предметами. 6*Игровые упражнения- равновесие-ходьба под шнур, ходьба по скамейке. метание – перебрасывание мяча друг другу. Ползание-проползи до мостика	7-8 1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2. Ползание по доске. 9*Игровые упражнения: прыжки через шнуры; прыжки с высоты, метание-игры с мячом, бросание вверх, ловля его двумя руками; лазание – ползание на четвереньках, между предметами. Равновесие-ходьба по скамейке, перешагивания через предметы.	10-11 1. Влезание на наклонную лестницу. 2. Ходьба с перешагиванием через бруски. 12*Игровые упражнения: лазание под шнур (высота 40 см), ползание по скамейке. Равновесие-ходьба и бег по дорожке. Прыжки-перепрыгивание через две линии прыжки из обруча в обруч.
Подвижные игры	"Кролики", «Наседка и цыплят», «Найди свой цвет»	"Поезд", «Зайка серый умывается»	"Поймай комара", «Лохматый пес», «Кролики»	«Мой веселый звонкий мяч» "Найди свой цвет"
закл-ная часть	Игра м/п "Найди кролика"	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности
--

Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу.				
Вводная часть	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы.			
ОРУ	На скамейке с кубиками	С обручем	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1-2 1. Ходьба по скамейке (высота 25 см). 2. Прыжки в длину с места 3* Игровые упражнения: ползание под шнур(высота 50см); прыжки-перепрыгивание через шнур-«ручеек».; прыжки до кегли;метание-бросание мячей в даль.ходьба по доске ,положенной на пол	4-5 1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см). 2.Бросание мяча о пол двумя руками. 6* Игровые упражнения Равновесие –ходьбапо скамейке,перешигивание через шнуры;прокатываие мяча между предметами;в прямом направлении;лазанье по доске на четвереньках	7-8 1.Бросание мяча вверх и ловля его руками. 2.Ползание по доске. 9* Игровые упражнения: Прыжки-через шнур;метание-прокатывание мяча в ворота	10-11 1.Влезание на наклонную лесенку. 2.Ходьба по доске, руки на поясе. 12* Игровые упражнения:лазание под дугу(высота 50 см),ползание на четвереньках в прямом направлении, между предметами;равновесие-ходьба и бег по дорожке;прыжки с продвижением вперед на двух ногах,прыжки через шнуры
Подвижные игры	«Поймай комара», «Наседка и цыплята», «Найди цвет»	«Поезд», «Воробушки и кот», «По ровненькой дорожке»	«Мы топаем ногами», «Лягушки», «Кролики и сторож»	"Найди свой цвет", «Сбей кеглю»
Заключительная часть	Игра м/п "Где цыплёнок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Кто ушёл"

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы ООД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезает на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке).				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег в рассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук.			
ОРУ	С кольцами (от кольцеброса)	С погремушками	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1-2 1.Ходьба по скамейке (высота 30 см). 2.Перепрыгивание через шнуры. 3* Игровые упражнения с мячом	4-5 1.Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 15 см). 2.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 6* Игровые упражнения с мячом	7-8 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2.Ползание по скамейке. 9* Игровые упражнения с мячом	10-11 1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе. 12* Игровые упражнения с мячом
Подвижные игры	"Мыши в кладовой",»Наседка и цыплята»,»Кролики и сторож»	«Поймай комара»,»Поезд", «Лягушки», «Зайка серенький»	" Поймай комара»,»Поезд", «Лягушки», «Зайка серенький»Воробышки и кот"	Поймай комара»,»Поезд", «Лягушки», «Зайка серенький»"Найди свой цвет"
Заключительная часть	Игра м/п "Где спрятался мышонок?"Ходьба колонной по одному.	Ходьба в колонне по одному.Игры м/п	Ходьба в колонне по одному.Игры м/п.	Игра м/п "Съедобное - не съедобное".Ходьба колонной.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6-7 лет

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-3*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют</p>				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	Без предметов	С Флажками	С малым мячом	С палками
Основные виды движений	1-2.1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах через шнуры.	4-5.1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета ,между предметами. 2. Перебрасывание мяча через	7-8.1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Ползание по	10-11.1. Ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками. 2.Ходьба по гимнастической скамейке с заданием.

	3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу. 3* Игровые упр.: «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару»	шнур друг другу (двумя руками из-за головы, из-за головы). 3Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур мешочком на голове. 4. Упражнение «крокодил». 6* Игровые упр.: «Быстро встань в колонну», «Прокати обруч»	гимнастический скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. 9* Игровые упр.: «Быстро передай», «Пройди – не задень»	3.Прыжки из обруча в обруч, через шнуры на одной и двух ногах. 4. Лазанье в обруч в обруч. 12.* Игровые упр.: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта»
П/ игры	«Ловишки»,	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Совушка»	«Не попадись», «Фигуры»
М/ игры	«Найди и промолчи», «Вершки и корешки»	«Летает-не летает», «Великаны и гномы»	Ходьба	Ходьба

ОКТАБРЬ				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом

Основные виды движений	<p>1-2.1. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге, вдоль шнура перепрыгивая через него справа и слева.</p> <p>2. Ходьба по скамейке с заданием.</p> <p>3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>4. Переброска мячей парами.</p> <p>3*. Игровые упр.: «Перебрось-поймай», «Не попадись»</p>	<p>4-5.1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Отбивание мяча двумя руками на месте и с продвижением вперед, с забрасыванием мяча в корзину.</p> <p>3. Ползание «по-медвежьи».</p> <p>4.</p> <p>6*. Игровые упр.: «Кто самый меткий», «Перепрыгни-не задень»</p>	<p>7-8.1. Ведение мяча по прямой, между предметами</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке подталкивая набивной мяч.</p> <p>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки.</p> <p>9*. Игровые упр.: «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p>	<p>10-11.1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой: ползание под дугой.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах, на правой и левой ногой между предметами.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием «Проползи не урони.»</p> <p>12*. Игровые упр.: «Лягушки», «Не попадись»</p>
П/игры	«Перелет птиц», «Фигуры»	«Не оставайся на полу», «Совушка»	«Удочка», «Не попадись»	«Удочка», «Ловишки с ленточками»
М/ игры	«Съедобное – не съедобное»	«Эхо», ходьба	«Найди и промолчи»	Ходьба, «Эхо».

НОЯБРЬ				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал</p>			
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	<p>1-2.1. Ходьба по канату боком ,приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Броски мяча двумя руками в корзину. 3*. Игровые упр.: «Мяч о стенку», «Будь ловким»</p>	<p>4-5.1. Прыжки через скакалку. 2. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 6*. Игровые упр.: «Передача мяча», «Не задень»</p>	<p>7-8.1. Ведение мяча в прямом направлении. 2. Лазанье под дугу. 3. Ходьба змейкой на носках между предметами. 4. Метание мешочков в гориз.цель. 5. Ползание «по -медвежьи» 6. Ходьба по гимнастической скамейке. 9*. Игровые упр.: «с мячом».</p>	<p>10-11.1. Лазанье на гимн.стенку с переходом на другой пролет. 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимн.скамейке боком приставными шагами. 4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока ,забрасывание мяча в корзину. 12.* Игровые упр.: «Передай мяч», «с кочки на кочку»</p>

Игры	«Догони свою пару», «Мышеловка»	«Фигуры», «Не оставайся на полу»	«Перелет птиц», «По местам»	«Фигуры», «Хитрая лиса»
М/ игры	«Угадай чей голосок?», «Затейники»	«Затейники»	«Летает-не летает»	«Две ладошки».

ДЕКАБРЬ				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
ОРУ	В парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов
Основные виды движений	1-2.1. Прыжки на двух ногах между предметами. 2. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи. 3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля	4-5.1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. На двух ногах между предметами. 2. Эстафета с мячом. 3. Ползание на скамейке на ладонях и коленях. 4. Прокатывание мяча между предметами.	7-8.1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. 2. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват руками с боков. 4. Перебрасывание мячей в	10-11.1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым

	его двумя руками. 4.Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. 5.Переброска мячей друг другу. 3*.Игровые упр.: «Пройди –не задень», «Пас на ходу».	5.Ползание под шнур боком. 6*.Игровые упр.: «Пройди -не урони», «Из кружка в кружок», «Стой».	парах . 5.Ползание на четвереньках между предметами. 6.Прыжки со скамейки на мат. 9*. Игровые упр.: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди- не урони»	между колен. 4.Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 5.Ходьба с перешагиванием через предметы.6. Прыжки через скакалку. 12*.Игровые упр.: «Точныйпас»,«кто дальше
П/ игры	«Совушка», «Хитрая лиса»	«Салки с ленточкой»,	«Лягушки и цапля»	«Хитрая лиса»
М/ игры	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и проколи»	«Эхо»

ЯНВАРЬ				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега;владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; проявляет активность при участии в п/и				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой,М			
ОРУ	С палкой	С кубиками	Без предметов	Со скакалкой

Основные виды движений	1-2.1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки через препятствия. 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок за спиной. 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 6. Прокатывание мяча. 3*. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Проскользи»	4-5. 1. Прыжки в длину с места. 2. «Поймай мяч». 3. Ползание по прямой на четвереньках. 4. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. 5. Ползание по гимнастической скамейке. 6.* Игровые упражнения: «Кто дальше бросит?», «Веселые воробушки».	7-8.1. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазание под шнур. 2. Ходьба по на носках прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 9*. Игровые упражнения: «Хоккеисты», «Катание на санках.»	10-11.1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам порами, держась за руки. 3. Прыжки через скакалку. 4. Ползание на четвереньках между предметами. 5. Прыжки из обруча в обруч. 12.* Игровые упражнения: «По ледяной дорожке», «По местам», «Поезд»
И/ игры	«День и ночь», «Два Мороза»	«Догони свою пару», «Два Мороза»	«Удочка», «Два Мороза»	«Паук и мухи», «»
М/ игр	Ходьба	«Зимушка-зима».	«Затейники»	«Две ладошки»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)

Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С обручем	С палками	Без предмнтов	С мячом
Основные виды движений	1-2.1. Ходьба по скамейке. 2. Броски мяча в шеренгах. 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Прыжки между предметами на одной ноге. 3.*Игровые упр.: «Точная подача», «Попрыгунчики»	4-5.1 Прыжки –подскоки на правой и на левой ноге попеременно, на двух ногах между предметами 2.Переброска мячей друг другу. 3.Лазание под дугу. 4.Ползание на ладонях и коленях между предметами. 6.*Игровые упр.: «Гонка санок», «Пас на клюшку»	7-8.1. Лазание на гимн.стенку ,с переходом на другой пролет и спуск вниз. 2.Ходьба парами по скамейкам. 3. «Попади в круг» 4.Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой. 9*. Игровые упр.: «гонка санок», «Загони шайбу»	10-11.1. Ползание на четвереньках между предметами. 2.Ходьба по гимн.скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. 3.Прыжки из обруча в обруч. 4.Лазание на гимн.стенку с переходом на другой пролет. 5.Ходьба по гимн.скамейкес мешочком на голове. 12.*Игровые упр.: «Не попадись»
И/игры	«Ключи», «Два Мороза»	«Не оставайся на полу» «Затейники»	«Не оставайся на полу» «Карусель»	«Жмурки» , « Белые медведи»
И/игры	«Самомассаж»	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	Без предметов
Основные виды движений	<p>1-2.1. Ходьба по гимнастической скамейке на встречу друг другу.</p> <p>2 Прыжки с продвижением вперед ,способом ноги врозь ноги вместе</p> <p>3. «Передача мяча в шеренгах»</p> <p>3. Игровые упр.: «Лягушки в болоте», «мяч о стенку».</p>	<p>4-5.1. Прыжки через короткую скакалку ,продвигаясь вперед.</p> <p>2.Ползание под шнур.</p> <p>3.Перебрасывание мяча через сетку.</p> <p>4.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке.</p> <p>5.Переброска мяча в парах .</p> <p>6.Прыжки через шнур.</p> <p>6.Игровые упр.: «Мы веселые ребята» , «Охотники и утки»</p>	<p>7-8.1. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>2.Ползание в прямом направлении на четвереньках.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4.Ходьба между предметами с мешочком на голове</p> <p>9.*Игровые упр.: «Кто скорее до мяча », «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p>	<p>10-11.1. Лазанье на гимн.стенку.</p> <p>2.Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>4.Лазание под шнур прямо и боком.</p> <p>5. «Передача мяча в шеренге»</p> <p>6.Прыжки через короткую скакалку.</p> <p>12* Игровые упр.: «Салки -перебежки», «Передача мяча в колонне»</p>

П/ игры	«Ключи», «Совушка»	«Затейники»	«Волк во рву», «Горелки»	«Удочка», «Горелки»
М/ игры	«Мяч ведущему»	«Тихо -громко»	«Подойди не слышно», «Эхо»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу прыжок, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимн. скамейках
Основные виды движений	<p>1-2.1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Прыжки через скакалку.</p> <p>3*. Игровые упр.: «Перешагни –не задень»,</p>	<p>4-5.1. прыжки в длину с разбега.</p> <p>2. Броски мяча друг другу в парах.</p> <p>3. Ползание на четвереньках.</p> <p>4. «Передал –садись»</p> <p>5. Лазание под шнур</p> <p>6.* Игровые упр.: «Пас ногой», «Пингвины»</p>	<p>7-8.1 Метание мешочков на дальность</p> <p>2. Ползание на гимн. скамейке.</p> <p>3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы</p> <p>4. Прыжки на двух ногах, через скакалку.</p> <p>9.* Игровые упр.: «Пройди-не задень», «Кто дальше»</p>	<p>10-11.1. Бросание мяча в шеренгах.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно.</p> <p>5. Переброска мячей друг другу.</p>

	«С кочки на кочку»		прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч»	6. «Догони пару» 12.* Игровые упр.: «Передача мяча в колонне», «Лягушки в болоте»
И/игры	«Хитрая лиса», «Охотники и утки»	«Мышеловка», «Горелки»	«Затейники»	«Салки с ленточками»,
М/ игры	«Великаны и гномы»	«Найди и промолчи»	«Тихо громко»	«Великаны и гномы»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы ОД	1-я неделя(1-2*)	2-я неделя(4-6*)	3-я неделя(7-9*)	4-я неделя(10-12*)
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок			
ОРУ	С обручем	Со скакалками	С палками	С палками
Основные виды движений	<p>1-2.1. Ходьба по гимн. скамейке, передавая мяч перед собой .</p> <p>2. прыжки с ноги на ногу продвигаясь вперед</p> <p>3. Броски малого мяча о стенку.</p>	<p>4-5.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу</p>	<p>7-8.1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке</p> <p>3. Прыжки через бруски.</p>	<p>10-11.1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе</p>

	<p>4. Ходьба по гимн. скамейке на встречу друг другу.</p> <p>5. Броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах между предметами</p> <p>3.* Игровые упр.: «Пас на ходу», «Брось и поймай»</p>	<p>во время ходьбы.</p> <p>4. Прыжки на одной ноге через скакалку</p> <p>6.* Игровые упр.: «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу»</p>	<p>4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p> <p>9.* Игровые упр.: «Мяч водящему», «Кто скорее до кеглди»</p>	<p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке</p> <p>12.* Игровые упр.: «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет»</p>
П/ игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом), «Мышеловка»	«Вышибалы», «Горелки»	«Эстафета парами», «Не оставайся на земле»
М/ игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация»	«Кто ушел»