Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Радуга»

Юридический адрес: Россия, 623340, Свердловская область, Артинский район, р.п. Арти, ул. Лесная, 2 а.
Фактический адрес: Россия, 623340, Свердловская область, Артинский район, р.п. Арти, ул. Лесная, 2 а., тел. (343 91) 2-16-84
Россия, 623340, Свердловская область, Артинский район, р.п. Арти, ул. Бажова, 89 часть 2., тел. (343 91) 2-13-52

ПРИНЯТА:
Педагогическим советом
МАДОУ «Детский сад «Радуга»
Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Заведующим МАДОУ «Детский сад «Радуга»
_____ И.А. Сыропятова
Приказ № 135 – од от «30» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации образовательной деятельности
«Физическое развитие»

Срок реализации – 1 год

р.п. Арти

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ **2**

1.1. Пояснительная записка……..2

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы ..... …….2

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы ..... ……....3

1.1.3. Значимые характеристики и особенностей развития детей дошкольного возраста……..…...5

1.2. Планируемые результаты освоения Программы ..... ……...…8

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯЧАСТЬ ..... ……..**15**

2.1. Описание образовательной деятельности по модулю образовательной деятельности«Физическое развитие»…….…15

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы,с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики ихобразовательных потребностей и интересов…….28

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик …… 31

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы..... …….……32

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников……...….36

III.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ООБЯЗАТЕЛЬНАЯЧАСТЬ..... ……..…43

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы..... ……...…43

3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения,воспитания……..…44

3.3. Распорядок и режим дня..... …….……47

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды ..... ……..……52

IV ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ……...……..55

ПРИЛОЖЕНИЯ ..... ……..…57

Тематическое планирование реализации Программы……57

Режим дня, расписание непосредственно образовательной деятельности по физическомуразвитию и график утренней гимнастики ……...145

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) по физическому развитию детей от 3до 7 лет разработана в соответствии в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МДОУ «Детский сад «Радуга», с учетом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституцией РФ;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях»;
- Уставом ДОУ.

1.1.1 Цели и задачи реализации Программы

Программа имеет цель: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

1. *Поддержка разнообразия детства*. Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей, религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации – государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения. Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.
2. *Сохранение уникальности и самоценности детства* как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.
3. *Позитивная социализация ребенка* предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества совзрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.
4. *Личностно-развивающий и гуманистический характер* взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.
5. *Содействие и сотрудничество детей и взрослых,* признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.
6. *Сотрудничество МАДОУ «Детский сад» с семьей.* Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники

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

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

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

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

10. *Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.* В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

Методологические подходы:

− *возрастной подход* (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка. Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

− *культурно-исторический подход* к развитию человека (Л. С. Выготский) определяет ряд принципиальных положений Программы (необходимость учёта интересов и потребностей ребёнка дошкольного возраста, его зоны ближайшего развития, ведущей деятельности возраста;

понимание взрослого как главного носителя культуры в процессе развития ребёнка; организацию образовательного процесса в виде совместной деятельности взрослого и детей и др.).

− *личностный подход* (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин, А.В. Запорожец) к проблеме развития психики ребенка. Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие. В самом общем виде этот принцип можно истолковать как расширение возможностей развития психики ребенка-дошкольника за счет максимального развития всех специфически детских видов деятельности. В результате происходит не только интеллектуальное, но и личностное развитие ребенка, что существенно отличается от идеи развития путем его интенсификации, предполагающем ускорение в основном интеллектуального развития с целью, чтобы ребенок поскорее стал умнее и таким образом взрослее. При этом упускается из виду, что категория «взрослости» - это категория из области, прежде всего, личностного развития, а не интеллектуального.

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

− *модульный подход.* Под модульным подходом понимается такое структурирование содержания образования и педагогического процесса по его реализации, которое представляет собой единую систему. Образовательный модуль включает в себя содержание, целеполагание, задачи, методы, способы и средства, по реализации Программы.

− *культурологический подход*, имеющий высокий потенциал в отборе культуросообразного содержания дошкольного образования, позволяет выбирать технологии образовательной деятельности, организующие встречу ребенка с культурой, овладевая которой на уровне определенных средств, ребенок становится субъектом культуры и ее творцом. В культурологической парадигме возможно рассматривать содержание дошкольного образования как вклад в культурное развитие личности на основе формирования базиса культуры ребенка. Использование феномена культурных практик в содержании образования в рамках его культурной парадигмы вызвано объективной потребностью: расширить социальные и практические компоненты содержания образования

1.1.3. Значимые характеристики и особенностей развития детей дошкольного возраста

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как в это время происходят существенные физиологические, психологические и социальные изменения. Это возрастной период, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты ее развития на последующих этапах жизненного пути человека.

В разработке Программы учитывается характеристика ***возрастных особенностей*** развития детей дошкольного возраста, необходимая для правильной организации образовательного деятельности по модулю «Физическое развитие», как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения данная авторами Примерной основной общеобразовательной программы «Отрождения до школы».

Младшая группа (3 – 4 года)

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Ребенок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за воспитателем, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Средняя группа (4-5 лет).

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они еще не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребенок проделываетего лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать,представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Все это обусловливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физическойподготовленности.

Старшая группа (5-6 лет).

Двигательная деятельность ребенка становится более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребенка его движения становятся более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении,

последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер, что обусловливает большую ее объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают пониматьсвязь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей,двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребенок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребенка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребенок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Все это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведет к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети все чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качествадвижений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребенка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребенка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

Интеграция образовательных областей

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

Социально-коммуникативное развитие. Развивать 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. Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах,видахспорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение, активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об

окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре(команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх, проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процесседвигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения, спортивные игры, соревнования под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Основываясь на принципе интеграции физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, конструирования и прочее.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности,проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместнойдеятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;
- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачамрадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешатьконфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальнымнормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылкиграмотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, выносливладеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личнойгигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;

- склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Промежуточные результаты освоенияПрограммы

2-я младшая группа (от 3 до 4 лет):

- умеет ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя координацию движений рук иног;
- умеет строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место припостроениях;
- может энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20см;
- умеет энергично отталкивать мячи при катании, бросании; может ловить мяч двумя рукамиодновременно;
- умеет хвататься за перекладину во времялазанья;
- сохраняет правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений вравновесии;
- может надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи наместо;
- реагирует на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняет правила в подвижных играх;
- соблюдает элементарные правила, согласовывает движения, ориентируется впространстве;
- различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними;
- имеет представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровьячеловека;
- имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаютсясилы.

Средняя группа (от 4 до 5 лет):

- умеет бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясьноском;
- ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы; умеет перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой(вправо, влево);
- умеет энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранятьравновесие;
- может прыгать через короткуюскакалку;
- умеет принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловитьего кистями рук (не прижимая кгруди);
- может ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматьсянагору;
- при построении, соблюдает дистанцию во времяпередвижения;
- выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правилигры;
- развивать быстроту, силу, ловкость, пространственнуюориентировку;

- самостоятельно организует знакомыеигры;
- выполняет действия посигналу;
- имеет представление о необходимых человеку веществах и витаминах; о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания;
- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («я чищу зубы —значит, они уменя будут крепкими и здоровыми», «я промочил ноги на улице, и у меня началсянасморк»);
- может оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме;
- имеет представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организмачеловека.

Старшая группа (от 5 до 6лет):

- умеет легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь отопоры;
- бегает наперегонки, с преодолениемпрепятствий;
- лазает по гимнастической стенке, меняятемп;
- может прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиватьсяприземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;
- сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой,отбивает его правой и левой рукой на месте и ведет при ходьбе;
- ходит на лыжах скользящим шагом, поднимается на склон, спускается сгоры;
- самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры, проявляя инициативу итворчество;
- стремится участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах;
- может акцентировать внимание на особенностях своего организма и здоровья(«мне нельзя есть апельсины—у меня аллергия», «мне нужно носить очки»);
- имеет представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода —наши лучшие друзья) и факторах, разрушающихздоровье;
- имеет представления о зависимости здоровья человека от правильногопитания;
- знает о роли гигиены и режима дня для здоровьячеловека;
- имеет представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь,выполнять его просьбы и поручения);
- имеет представления о возможностях здоровогочеловека;
- имеет желание заниматься физкультурой испортом.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет):

- умеет соблюдать заданный темп в ходьбе ибеге;
- сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту сразбега;
- перелезает с пролета на пролет гимнастической стенки подиагонали;
- умеет быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне,
- шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе;

- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать
- собственные игры, варианты игр, комбинироватьдвижения;
- умеет использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры сосверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результатытоварищей;
- придумывает вариантыигр;
- имеет представления о рациональном питании (объем пищи, последовательностьприема, разнообразие в питании, питьевойрежим);
- знает о значении двигательной активности в жизничеловека;
- умеет использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов исистем;
- имеет представления об активномотдыхе;
- знает правила и виды закаливания, о пользе закаливающих процедур; о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии наздоровье;

Оценивание качества образовательной деятельности по Программе

- роли оценки качества образовательной деятельности по программе в области «Физическое развитие» выступает ежегодный мониторинг, который проводится два раза в год - в сентябре и мае. Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой форме. Физическими (двигательными) качествами называются отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека: быстрота, сила, гибкость, выносливость и ловкость. Уровень развития основных двигательных качеств и навыков считается важным показателем физического развития дошкольников.

Цель: Определить уровень развития основных двигательных качеств и навыков детей.

Задачи:

1. определить ловкость и координацию движения при подбрасывании и ловле мяча
2. определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места
3. оценить скоростные качества ребенка и его реакцию в беге на 10 метров
4. оценить скоростные качества в беге на 30 м
5. определить скоростно-силовые качества в челночном беге 3х10 метров
6. определить скоростно-силовые качества в метании
7. определить ловкость и координацию движения при подбрасывании и ловле мяча
8. оценить ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола.
9. определить гибкость
10. оценить выносливость в беге на дистанцию 60, 90, 120 и 150 метров

Нормативы для определения физического развития детей:

1. бег 10 м.
2. бег 30 м.
3. бег 60 м.
4. бег 90 м.

5. бег 120 м.
6. бег 150 м.
7. челночный бег 3х10 метров
8. прыжки в длину с места.
9. метание мешочка с песком правой, левой рукой вдаль.
10. наклон туловища вперёд из положения стоя.

Все результаты заносятся в диагностическую карту по физическому воспитанию, и оценивается уровень физического развития каждого ребенка.

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

В часть, формируемую участниками образовательных отношений введены:

Содержание модулей образовательной деятельности по модулю «Физическое развитие», дополняются посредством образовательной программы «Мы живем на Урале» Толстикова О.В., Савельева О.В.: Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО».

Задачи воспитания и обучения детей с 3 лет до 5 лет:

- способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижныхигр;
- создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнения народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам; воспитывать потребность вступать в общениевзрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижныхиграх;
- создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного,здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человекаситуациям;
- создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью;
- поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведенияразных ситуациях;
- способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Задачи воспитания и обучения детей от 5 до 7 лет:

- развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала;
- формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов;
- познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов;
- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх иупражнениях;
- развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодныхусловиях;

- формировать у ребенка представления о роли труда взрослых в жизни общества и каждого человека (на основе ознакомления с разными видами производительного и обслуживающего труда, удовлетворяющего основные потребности человека в пище, одежде, жилище, образовании, медицинском обслуживании, отдыхе;
- через знакомство с многообразием профессий и трудовых процессов, доступных для детского понимания и воплощения в трудовойдеятельности.

Принципы и подходы к формированию части Программы «Мы живем на Урале»:

принцип природосообразности предполагает учет индивидуальных физических и психических особенностей ребенка, его самодеятельность (направленность на развитие творческой активности), задачи образования реализуются в определенных природных, климатических, географических условиях, оказывающих существенное влияние на организацию и результативность воспитания и обученияребенка;

принцип культуросообразности предусматривает необходимость учета культурно-исторического опыта, традиций, социально-культурных отношений и практик, непосредственным образом встраиваемых в образовательныйпроцесс;

принцип вариативности обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов воспитания и обучения с ориентацией на интересы и возможности каждого ребенка и учета социальной ситуации егоразвития;

принцип индивидуализации опирается на то, что позиция ребенка, входящего в мир и осваивающего его как новое для себя пространство, изначально творческая. Ребенок, наблюдая за взрослым, подражая ему, учится у него, но при этом выбирает то, чему ему хочется подражать и учиться. Таким образом, ребенок не является «прямым наследником» (то есть продолжателем чьей-то деятельности, преемником образцов, которые нужно сохранять и целостно воспроизводить), а творцом, то есть тем, кто может сам что-то создать. Освобождаясь от подражания, творец не свободен от познания, созидания, самовыражения, самостоятельнойдеятельности.

Условия реализации должны обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другимлюдям.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования, в части формируемой участниками образовательных отношений дошкольного возраста:

- *ребенок ориентирован на сотрудничество*,дружелюбен,приязненнорасположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими;
- *ребенок обладает установкой на толерантность*,способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми другихнациональностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения;
- *ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения*детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуацийвзаимодействия;
- *ребенок обладает чувством разумной осторожности*,выполняетвыработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);
- *ребенок проявляет уважение* к родителям(близким людям),проявляетвоспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых,посильно помогаетим;

- *ребенок проявляет познавательную активность*,способность и готовностьрасширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях,переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательногообщения;
- *ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность* человеческогобытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдатьправила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективнорешать задачи, связанные с поддержанием, креплениемисохранениемздоровьяврамкахадекватнойвозрастужизнедеятельностии общении.

Промежуточные планируемые результаты части, формируемой участникамиобразовательных отношений

Дети 3-5 лет:

- ребенокпроявляетинтересподвижнымиспортивнымнароднымиграм,традиционнымдляУрала;
- ребенок проявляет инициативность в общении с другими детьми и взрослым во время участия в народных подвижныхиграх;
- ребенокпроявляетинтересправиламздоровьесберегающегоибезопасногоповедения;
- ребенок стремится соблюдать элементарные правила здорового и безопасного образажизни;
- ребенок имеет элементарные представления о том, что такое здоровый человек, что помогает нам бытьздоровыми;
- ребенок с интересом изучает себя, наблюдает за своимздоровьем;
- ребенок проявляют стремление узнавать от взрослого некоторые сведения о своем организме, о функционировании отдельныхорганов;
- ребенок прислушивается к взрослому при объяснении причин возникновения опасных ситуаций, подтверждает согласие, понимание, проявляет стремление выполнять правила безопасногоповедения;
- ребенок отражает в подвижных играх различные образы, проявляет интересобыгрыванию действий сказочных персонажей, героев детских стихов, песен;
- ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности(видоизменяет физические и спортивные упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, выразительно передает образы персонажей в народных подвижныхиграх).

Дети 5-7 лет:

- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности:самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражненийиигр,черездвиженияпередаетсвойобраз,стремитсякнеповторимости,индивидуальностивсвоихдвижениях;
- ребенок способен придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные деталиоригинальные «штрихи» воплощенияобраза;
- ребенок использует в самостоятельной деятельности, организует совместно с детьми разнообразные по содержанию подвижные игры народов Урала,способствующие развитию психофизических качеств, координациидвижений;
- ребенок с удовольствием делится своими знаниями об основных способах обеспечения и укрепления доступными средствами физического здоровья в природных,климатических условиях конкретного местапроживания, Среднего Урала;
- ребенок владеет основами безопасного поведения: знает, как позвать на помощь, обратиться за помощью к взрослому;
- знает свой адрес, имена родителей, их контактную информацию;
- избегает контактов с незнакомыми людьми на улице;
- различает некоторые съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы,проявляетосторожностьпривстречеснезнакомымиживотными;соблюдаетправиладорожногодвижения;поведениявтранспорте;

- ребенокпроявляетинтерескподвижнымиспортивным,народнымиграмтрадиционнымдляУрала;
- ребенок понимает значение укрепления здоровья и безопасногоповедения.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯЧАСТЬ

2.1. Описание образовательной деятельности по модулю образовательной деятельности «Физическое развитие»

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

Младшая группа (от 3 до 4 лет):

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречьи ухаживать заними;
- дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровьячеловека;
- формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью снавосстанавливаютсясилы;
- познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма; дать представление о необходимости закаливания;
- дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни;
- формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимостьлечения;
- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневнойжизни.

Физическая культура:

- продолжать развивать разнообразные виды движений; учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опускаяголовы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног; приучать действовать совместно; учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место припостроениях;
- учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см;
- закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании;
- продолжать учить ловить мяч двумя рукамиодновременно;
- обучать хвату за перекладину во время лазанья; закреплять умениеползать;
- учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений вравновесии;
- учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать снего;

- учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи наместо;
- учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др;
- выполнять правила в подвижныхиграх;
- развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижныхиграх.

Подвижные игры:

- развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности;
- организовывать игры справилами;
- поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками,велосипедами, мячами, шарами; развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений;
- вводить в игры более сложные правила со сменой видовдвижений;
- воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться впространстве.

Средний возраст (от 4 до 5лет):

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувствчеловека;
- формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и
- здоровья человека (руки делают много полезных дел;ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат);
- воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезныхпродуктов;
- формировать представление о необходимых человеку веществах ивитаминах;
- расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур,движений,закаливания;
- знакомить детей с понятиями «здоровье» и«болезнь»;
- развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «я промочил ноги на улице, и у меня началсянасморк»);
- формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах,обращаться за помощью к взрослым при заболевании,травме;
- формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организмачеловека;

- продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и системорганизма.

Физическая культура:

- формировать правильнуюосанку;
- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рукног;
- учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясьноском;
- учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы; учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки надругой(вправо, влево);

- учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве; в прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие;
- учить прыжкам через короткуюскакалку;
- закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди);
- учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, покругу;
- учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты,подниматься нагору;
- учить построениям, соблюдению дистанции во времяпередвижения;
- развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкостьидр;
- учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правилигры;
- во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения сосверстниками.

Подвижные игры:

- продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами ит.д;
- быстроту, силу, ловкость, пространственнуюориентировку;
- развивать воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомыхигр;
- приучать к выполнению действий посигналу.

Старший возраст (от 5 до 6 лет):

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма; акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «мне нужно носитьочки»);
- расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздухи вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающихздоровье;
- формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясьна сенсорныхощущениях;
- расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровьячеловека;
- формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы ипоручения);
- воспитывать сочувствие к болеющим; формировать умение характеризовать своесамочувствие;
- знакомить детей с возможностями здоровогочеловека;
- формировать у детей потребность в здоровом образежизни;
- прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой испортом;
- знакомить с доступными сведениями из истории олимпийскогодвижения;
- знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивнойплощадке.

Физическая культура:

- продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнятьдвижения;

- совершенствовать двигательные умения и навыкидетей;
- развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость;
- закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь отопоры;
- учить бегать наперегонки, с преодолениемпрепятствий;
- учить лазать по гимнастической стенке, меняятемп;
- учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие приприземлении;
- учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести приходьбе;
- учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); учить ориентироваться впространстве;
- учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам;
- приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его наместо;
- поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизнистраны.

Подвижные игры:

- продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу итворчество;
- воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования,играх-эстафетах;
- учить спортивным играм иупражнениям.

Подготовительный к школе возраст (от 6 до 7лет):

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи,последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим);
- формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем;
- формировать представления об активном отдыхе;
- расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающихпроцедур;
- расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии наздоровье.

Физическая культура:

- формировать потребность в ежедневной двигательнойдеятельности;
- воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видахдеятельности;
- совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности,легкости, точности, выразительности ихвыполнения;
- закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе ибеге;
- учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту сразбега;
- добиваться активного движения кисти руки приброске;
- учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки подиагонали;

- учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе;
- развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость,ловкость,гибкость;
- продолжать упражнять детей в статическом идинамическом равновесии,развивать координацию движений и ориентировкув пространстве;
- закреплять навыки выполнения спортивныхупражнений;
- учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря,спортивной формы, активно участвовать в уходе заними;
- обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку,настойчивость, решительность,смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество,фантазию;
- продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры,придумывать собственные игры, варианты игр,комбинировать движения;
- поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в областиспорта.

Подвижные игры:

- учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результатыи результатытоварищей;
- учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческиеспособности;
- развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон,баскетбол, настольный теннис, хоккей,футбол).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2– 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), покругу,змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди,правой и левой рукой

(расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

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

Прыжки.Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

***Групповые упражнения с переходами*.** Построение в колонну по одному, шеренгу,круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

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

Общеразвивающие упражнения

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

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

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

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение.Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу,поворотами направо, налево.

Подвижные игры

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

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».
С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».
С бросанием и ловлей.«Кто бросит дальше мешочек»,«Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».
На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба.Ходьба обычная,на носках,на пятках,на наружных сторонах стоп,ходьбас высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии.Ходьба между линиями(расстояние10–15см),полинии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

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

Ползание, лазанье.Ползание на четвереньках по прямой(расстояние10м),междупредметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо ивлево).

Прыжки.Прыжки на месте на двух ногах(20прыжков2–3раза в чередовании сходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

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

Групповые упражнения с переходами.Построение в колонну по одному,в шеренгу,круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание. Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и цикличных движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

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

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

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения.Сохранять равновесие в разных позах:стоя на носках,руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

Катание на санках.Скатываться на санках с горки,тормозить при спуске с нее,подниматься с санками на гору.

Скольжение.Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах.Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом.Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше,тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде.Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах попрямой, по кругу. Выполнять повороты направо иналево.

Подвижные игры

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка икошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».
С бросанием и ловлей. «Подбрось—поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».
На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди,где спрятано», «Найди ипромолчи», «Кто ушел?», «Прятки».
Народные игры. *«У* медведя во бору»и др.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Основные движения

Ходьба.Ходьба обычная,на носках(руки за голову),на пятках,на наружныхсторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнениемразличных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась заруки.

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

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

Прыжки.Прыжки на двух ногах на месте(по30–40прыжков2–3раза)вчередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед— другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге(правой и левой) на месте ипродвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту сразбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

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

Групповые упражнения с переходами.Построение в колонну по одному,в шеренгу,круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны.

Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со

сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх- назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

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

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

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

Спортивные упражнения

Катание на санках.Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое.

Скольжение.Скользить по ледяным дорожкам с разбега,приседая и вставая вовремя скольжения.

Ходьба на лыжах.Ходить на лыжах скользящим шагом.Выполнять повороты наместе и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате.Самостоятельно кататься на двухколесномвелосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки.Бросать биты сбоку,занимая правильное исходное положение.Знать3–4фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

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

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

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

Элементы хоккея.Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении,закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры

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

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочкина кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы»,«Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбеймяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

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

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Ктобыстрее?», «Кто выше?». Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба.Ходьба обычная,на носках с разными положениями рук,на пятках,нанаружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе.Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставнымшагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейкегимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

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

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

Прыжки.Прыжки на двух ногах:на месте(разными способами)по30прыжков3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

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

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

Ритмическая гимнастика.Красивое,грациозное выполнение физическихупражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.Поднимать рук вверх,вперед,в стороны,вставая на носки(из положения стоя,пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводитьлокти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад(носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась заопору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.Выставлятьногу вперед на носок с крестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки

(одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

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

Спортивные упражнения

Катание на санках.Во время спуска на санках с горки поднимать заранееположенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение.Скользить с разбега по ледяным дорожкам,стоя и присев,на однойноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах.Идти скользящим шагом по лыжне,заложив руки за спину.Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах.«Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Незадень» и др.

Катание на коньках.Самостоятельно надевать ботинки с коньками.Сохранятьравновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки»,«Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате.Кататься на двухколесном велосипеде попрямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения»и др.

Спортивные игры

Городки.Бросать биты сбоку,от плеча,занимая правильное исходное положение.Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

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

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

Элементы хоккея(без коньков—на снегу,на траве).Вести шайбу клюшкой,неотрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками(справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми,быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка,бериленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догонисвою пару», «Краски», «Горелки», «Коршуннаседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали,тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самыйметкий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом». С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования.«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?»,«Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори,гори ясно!»,лапта.

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

Основные пути и средства решения задач с детьми по реализации модуля образовательной деятельности «Физическое развитие»:

- создание ситуации эмоционального комфорта и психологическойзащищенности;
- строго соблюдать санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровьядетей;
- создавать в детском саду атмосферу психологического комфорта, оберегать нервнуюсистему детей от стрессов иперегрузок;
- закаливать детей, используя факторы внешней среды: воздух, вода,солнце;
- проводить индивидуальные укрепляющие мероприятия и профилактикузаболеваний;
- предупреждать возникновение аллергическихреакций;
- организовывать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психологический комфортребенка;
- обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, обязательный дневнойсон;
- строго выдерживать необходимую длительность пребывания детей на свежем в соответствии с погоднымиусловиями;
- соблюдать режимпроветривания;
- создавать условия для закаливания организма детей: одевать по погоде, а не по сезону, использовать спортивную форму и обувь для проведениязанятий;
- терпеливо и постепенно учить детей культурно-гигиеническимнавыкам;
- показывать детям пример аккуратности и опрятности внешним видом и поведениемвзрослых;
- приучать детей отличать предметы индивидуального пользования: расческа,зубная щетка, стаканчик для полоскания рта ит.п;
- обеспечивать необходимый двигательный режим в течение дня:создавать условия для активного движения в группе, на участке;
- обогащать опыт детей подвижными играми, движениям подмузыку;
- привлекать детей к упражнениям в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье,ползании, подлезании, а также катании, бросании,метании;

- оснащениепространственно-развивающую среду в помещении и на территории детского сада физкультурным и спортивно-игровым оборудованием;
- использование возможностей созданной среды для организации разнообразной двигательной активностидетей;
- организация массовых физкультурных праздников, досугов, пеших прогулок,походов;
- введение элементов сезонных видов спорта и спортивныхигр;
- приобщение к традиционным для региона видам спорта, к народнымиграм;
- расширять репертуар подвижных народных игр и усложнятьего;
- создание условий для игр смячом;
- введение корригирующих упражнений, элементов для профилактики нарушений осанки, опорно-двигательного аппарата,плоскостопия;
- поддержание правильной осанки во время разных видовдеятельности;
- укрепление организма естественными природными закаливающимифакторами;
- избегание перегрузок организованнымизанятиями;
- знакомство их с правилами личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуация, учить предвидеть простейшие последствия собственныхдействий;
- расширение представлений о правилах безопасного поведения в быту, на природе, на улице; передавать детям знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; сформировать осознанное выполнение требований безопасности; закреплять проявления осторожности иосмотрительности.

Организационные формы для физического развития детей в условиях организации совместной деятельности со взрослыми идругими детьми, самостоятельной свободной деятельности:

Двигательная	Игровая	Познавательно-исследовательская	Коммуникативная	Изобразительная	Восприятие художественн литератур
- утренняя гимнастика - массаж - ленивая гимнастика - закаливание - основные движения - игровоеупражнение - спортивные упражнения - физкультурные занятия - спортивные упражнения - игровое упражнение	- игра-развлечение - подвижная игра - игра-эстафета - праздник - мини-конкурс - викторина	- беседы - просмотр видео фильмов и диафильмов - сбор фотографий иоформление - дидактические игры - настольно-печатныеигры - коллекционирование - праздники - отгадывание загадок - викторина	- сказкотерапия - фонетическаяритмика - коммуникативныеигры - психигимнастика - физкультурнаясказка - обсуждение ситуации - обсуждениепоступков - разбор понятий - беседы-рассуждение - моделированиеправил -	- рисование - лепка - аппликация - рассматриваниекартин,иллюстраций - выставки детскихработ - цветотерапия - мастерилка - создание коллажа	- чтение - слушание книжная выставка - заучиваниестихот ий - создание книжек-малышек

- основные движения - игры-соревнования - оздоровительный бег - подвижная игра - игры малой подвижности - народные игры - тренажеры - корригирующая гимнастика - игра с правилами на физическуюкомпетенцию - спортивные игры - развлечения - праздники - игры-соревнования - малая олимпиада - малый туризм - эстафеты - акции		- минутки «здоровья» - моделирование - сбор фотографий иоформление - игры – путешествия - разгадываниекроссвордов - мини – конкурс - просмотр видео	коллективноесоставлениеинструкции(памятки)		

Методы физического развития

Наглядные	Словесные	Практические
- *Наглядно-зрительные приемы* (показ физических упражнения, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - *Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни;)* - *Тактильно-мышечные приемы* (непосредственная помощь воспитателя).	- Объяснения, пояснения,указания; - Подача команд,распоряжений,сигналов; - Вопросы кдетям; - Образный сюжетныйрассказ,беседа; - Словеснаяинструкция.	- Повторение упражнений без изменения ис изменениями; - Проведениеупражнений вигровойформе; - Проведениеупражненийв соревновательнойформе.

Здоровьесберегающие, здоровьеразвивающие и здоровьеформирующие технологии:

<u>Здоровьесберегающие технологии</u> – это технологии,направленные на сохранениездоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьеформирование–педагогический процесс,направленный на формированиеразвитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранения здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья	Технологии обучения здоровому образу жизни	Коррекционные технологии
- ритмопластика - динамические паузы - подвижные и спортивные игры - релаксация - различные гимнастики	- физкультурные занятия - проблемно-игровые занятия - коммуникативные игры - самомассаж	- арттерапия - технологии музыкального воздействия - сказкотерапия - цветотерапия - психогимнастика - фонетическая ритмика - логоритмика

2.3.Особенности образовательной деятельности разныхвидов икультурныхпрактик

Культурные практики, ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничествавзрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Культурные практики рассматриваются нами в соответствии с подходом Н.А.Коротковой - это обычные для ребенка (привычные) способы самоопределения, саморазвития и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с другими людьми». Это также – апробация (постоянные и единичные пробы) новых способов и форм деятельности и поведения в целях удовлетворения разнообразных потребностей иинтересов.

Культурные практики – разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни. Культурные практики ребенка обеспечивают его активную и продуктивную образовательную деятельность. Культурные практики – разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.

К ним мы относим ***игровую,двигательную,изобразительную,познавательно-исследовательскую,музыкальнуюдеятельностьикоммуникативнуюпрактику***(последняя в дошкольном возрасте выступает как взаимодействие игрового или продуктивного, или исследовательского характера). Именно в этих практиках появляетсяобогащается внутренний план действия, оформляется замысел, который становится артикулированным (словесно оформленным, осознанным), и осуществляется переход от изначальной процессуальности к результативности (воплощению артикулированного,оформленного замысла в определенном продукте - результате). Родственность игровой, продуктивной и познавательно-исследовательской деятельностей заключается в том, что все они имеют моделирующий (репрезентирующий) характер по отношению к реальности.

- ***Двигательная деятельность*** Двигательная деятельность организуется впроцессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующегоСанПиН.

- ***Игровая деятельность*** является ведущей деятельностью ребенкадошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах

детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке непосредственно образовательнойдеятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности. Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игр- драматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половинедня).

- ***Познавательно-исследовательская деятельность как культурная практика***,суть которой в вопрошании-как устроены вещи и почему происходят те илиные события, - требует перехода к осознанному поиску связей, отношений между явлениями окружающего мира и фиксации этих связей как своеобразного результата деятельности. Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познаниедетьмиобъектовживойинеживойприроды,предметногоисоциальногомира(миравзрослыхидетей,деятельностилюдей,знакомство с семьей и взаимоотношениями людей,городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

- ***Коммуникативная практика***,осуществляемая на фоне игровой,двигательной деятельности, требует артикулирования (словесного оформления) замысла, его осознания и предъявления другим (в совместной игре и исследовании) и задает социальные критерии результативности (в совместной продуктивной деятельности). Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В учебном плане она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видахдеятельности.

- ***Чтение (восприятие) детям художественной литературы*** входит всостав культурных практик, необходимых для развития дошкольника, художественная литература как особого рода моделирующая (репрезентирующая) реальность система является универсальным развивающим средством. Для дифференциации внутреннего мира ребенка она имеет ни с чем не сравнимое значение. Художественные текстыпозволяют интуитивно схватывать целостную картину мира во всем многообразии связей вещей, событий, отношений, и в этом плане дополняют моделирующий характер и развивающие возможности других культурных практик дошкольников (игровой,познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности). Восприятие художественной литературы и фольклора организуется как процесс слушания детьми произведений художественной и познавательной литературы, направленный на развитие читательских интересов детей, развитие способности восприятия литературного текста и общения по поводу прочитанного. Чтение может быть организовано как непосредственно чтение (или рассказывание сказки) воспитателем вслух, и как прослушиваниеаудиозаписи.

Из сказанного видно, что культурные практики взаимодополняют друг друга в формировании общего движения ребенка к оформленному замыслу и его результативному воплощению.

Освоение культурных практик способствует дифференциации сфер инициативы ребенка: как созидающего волевого субъекта (в продуктивной деятельности), как творческого субъекта (в игровой деятельности), как исследователя (в познавательно-исследовательской деятельности), как партнера по взаимодействию и собеседника (в коммуникативной практике). Полноценное развитие ребенка. Они и должны составлять нормативное содержание целостного образовательного процесса в детскомсаду.

2.4. Способы и направления поддержки детскойинициативы

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

1. *обеспечение эмоционального благополучиячерез:*
   - непосредственное общение с каждымребенком;
   - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам ипотребностям.
2. *поддержку индивидуальности и инициативы детейчерез:*
   - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместнойдеятельности;
   - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
   - не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности(игровой, исследовательской, проектной,познавательной ит.д.).
3. *установление правил взаимодействия в разныхситуациях:*
   - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
   - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
   - развитие умения детей работать в группесверстников.
4. *построение вариативного развивающего образования,*ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка),через:
   - создание условий для овладения культурными средствамидеятельности;
   - организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления,речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развитиядетей;
   - поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени ипространства;
   - оценку индивидуального развитиядетей.
5. *взаимодействие с родителями (законными представителями)* по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность,том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициативсемьи.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы детьми 3-4 лет:

- создать условия для реализации собственных планов и замыслов каждогоребенка;
- рассказать детям об их реальных, а также возможных в будущемдостижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехидетей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширятьсферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленныхцелей;
- поддерживать стремление научиться делать что-то радостное ощущение возрастающейумелости;
- в ходе совместной деятельности терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своемтемпе;

- не критиковать результаты деятельности детей, а также ихсамих;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений,достоинств инедостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече;
- использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность итактичность.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы с детьми 4-5 лет:

- поощрять желание ребенка строить первые собственные умозаключения,внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальномутруду;
- создать условия и поддерживать театрализованную деятельность детей, их стремление переодеваться(«рядиться»);
- обеспечить условия для музыкальной импровизации, пения и движений под популярнуюмузыку;
- создать в группе возможность, используя мебель и ткани, строить «дома»,укрытия дляигр;
- негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах угруппы;
- недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть; навязывать им сюжеты игры; развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьмидеятельность;
- участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети; а не педагог; характер исполнения роли также определяетсядетьми;
- привлекать детей к украшению группы к праздникам; обсуждая разные возможности ипредложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическуюоценку воспринимаемого, не навязывая им мнениявзрослых;
- привлекать детей к планированию жизни группы надень.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы с детьми 5-6 лет:

- создать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям; выражать радость при встрече;
- использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения кребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычкидетей;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других и ту радость; которую он доставил кому – то(маме, бабушке, папе,другу);
- создать условий для разнообразной самостоятельной творческой деятельностидетей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организациииигры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу; обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца ит.п;
- создать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей поинтересам.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы с детьми 6-7 лет:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствованияпродукта;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание;
- совершенствование деталей и т.п; рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видамдеятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых исверстников;
- обращаться к детям с просьбой показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть укаждого;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения егорезультатами;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческойдеятельностидетей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем при организациииигры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц;
- учитывать и реализовывать их пожелания ипредложения;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей поинтересам.

Создание условий для самостоятельности.

Для формирования детской самостоятельности педагог должен выстраивать образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- учиться на собственном опыте, экспериментировать с различными объектами, в том числе срастениями;
- находиться в течение дня как в одновозрастных, так и в разновозрастныхгруппах;
- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровымиситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных имрешений.

Целью поддержания детской инициативы педагогам следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события сосверстниками;
- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации ихвыбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложенияипр.);
- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе,команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе,команде.

Важно, чтобы все утренники и праздники создавались с учетом детской инициативы и включали импровизации и презентации детских произведений.

Создание условий для физического развития.

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

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активнодвигаться;
- обучать детей правиламбезопасности;
- 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.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уваженияего индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. В дошкольном учреждении педагоги должны создать атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять.

Для обеспечения в группе эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений иугроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства,
- помогать делиться своими переживаниями имыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные вариантыповедения;
- создавать ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств(игра, рисунок, движение и т.д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детскомсаду;
- обеспечивать в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группедетей.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива ссемьямивоспитанников

Цель: Создание условий для формирования позиции сотрудничества педагогов иродителей воспитанников с целью эффективной разработки и реализации стратегии развития и образования каждого ребенка.

Задачи:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования,
- охраны и укрепления здоровья детей, вовлечение семей в образовательнуюдеятельность;
- оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений ихразвития;
- консультативная поддержка родителей (законных представителей) по вопросам образования и охраны здоровья детей, в том числе инклюзивного образования (вслучае егоорганизации);

- обеспечение информационной открытостиобразовательнойдеятельностидля семьи и всех заинтересованных лиц,вовлеченным вобразовательную деятельность, а также широкойобщественности.

Сотрудничество педагогов и родителей предполагает следующие подходы:

- родители рассматриваются, как важный фактор в улучшении перспектив развитиядетей;
- родителинетольконемешаютинепрепятствуютработепедагогов,анаоборот,могутспособствоватьбыстрымуспехам,могутовладетьновыми навыками, руководствуясь сильным желанием помочь своим детям;
- родители имеют право на информированность и обращение к педагогам детского сада за советами с тем, чтобы эффективнее влиять на развитие своихдетей;
- родители при соответствующих условиях могут быть субъектами организации, планирования и развития образовательной системыДОУ.

Направления деятельности при взаимодействии с родителями:

- планомерное, активное распространение педагогических знаний средиродителей;
- практическая помощь семье в воспитаниидетей;
- организация пропаганды положительного опыта общественного и семейноговоспитания;
- вовлечение родителей в планово–прогностическую, организационную,аналитико – оценочную деятельность детского дошкольного учреждения;

Принципы взаимодействия детского сада и семьи:

- доверительные отношения – обеспечение веры родителей в профессиональную компетентность, тактичность педагогов, их умение понять и помочь в решении проблем семейноговоспитания;
- подход к родителям как к активным субъектам процесса взаимодействия -полноправные партнеры воспитания и обучениядетей;
- единство в понимании педагогами и родителями ценностно-целевых ориентиров, задач, условий, результата развитияребенка;
- помощь, поддержка, уважение и доверие к ребенку со стороны педагога иродителей;
- личная заинтересованность родителей – изменение педагогической позиции родителей, которая поможет правильно строить общение и совместную деятельность с ребенком.

Направления деятельности по модулю образовательной области «Физическое развитие»:

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка. Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка. Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в ихреализации.

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка. Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычкивыполнятьежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями(лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач. Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребностидвигательной деятельности. Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Формы работы (взаимодействия) с родителями

Функции совместной партнерской деятельности	**Формы работы (взаимодействия) с родителями**
Информационно-консультативная деятельность	-анкетирование, опрос родителей, для выявления области специальных знанийи умений родителей и их желания участвовать в жизни группы,ДОУ; -информационные стенды дляродителей; -подгрупповые и индивидуальныеконсультации; - интернет. Сайт МАДОУ «Детский сад «Радуга» – детскийсад; -презентациядостижений; - информация родителям о целях, задачах, прогнозируемом результате,образовательных достиженияхкаждогоребенка, его личностном росте, о планахразвития (как долгосрочных, так икраткосрочных); - информация родителям о развитии детей и о том, как родители могут в этом помочь детямдома; -организацияинтерактивныхсеминаров,моделированиерешенияпроблем/задач, мастер-классов и др.

Просветительскаядеятельность	- консультации специалистов МАДОУ «Детский сад» Радуга» – детский сад, - приглашенных консультантов; - библиотечка для родителей; - педагогическая гостиная; - совместная разработка дидактических игр; - круглые столы, конференции с участием родителей, представителей общественных, научных организаций; - информационные буклеты по заявленным родителям и проблемам единый и групповой стенды; - самиздатовская печатная продукция (газеты, журналы, книги, календари и пр.); - плакаты различной тематики (противопожарная, санитарная, и гигиеническая психолого-педагогическая и др.); - папки, листовки, памятки, буклеты, бюллетени.
Практико-ориентированная Методическаядеятельность	- дни открытых дверей; - семинары; - открытые занятия; - смотры-конкурсы; - ПМПк МАДОУ «Детский сад» Радуга»
Культурно-досуговаядеятельность	- физкультурно-спортивные мероприятия; - акции; - день ребенка, семьи, детского сада, группы и т.д.; - экскурсии игровые семейные конкурсы, викторины.
Индивидуально-ориентированная деятельность	-приглашение членов семей для знакомства с миссией, целями, с программой,методологией и порядкомработы ДОУ,предоставляяим локальныеакты,психолого-педагогическиематериалы ипроводяпрезентации вдниоткрытыхдверей; - проведение собеседований с родителями ребенка для обсуждения достижениий трудностей в развитии ребенка, а также для получения информации обожиданиях, целях, опасениях и потребностяхродителей; - включение родителей в оценку результата образовательногопроцесса,обсуждение практических вопросов воспитания и развития детей для того,чтобы обеспечить для детей преемственность и последовательностьдействийвзрослых; - организация вечеров для родителей с обсуждением, способствующих обменуобычаями и практикой воспитания детей; -конкурсы семейныхрисунков; -выставки семейныхдостижений; -коллективные творческие дела; - реализация индивидуальных программ развития ребенка, в том числе –одаренного.

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Содержание и средства образовательной деятельности по модулю образовательной деятельности «Физическое развитие» в части, формируемой участниками образовательных отношений:

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, реализуется через парциальные программы, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива, с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

В реализации модуля образовательной области «Физическое развитие»,дополняется посредством образовательной **программы «Мы живем на Урале»** Толстикова О.В., Савельева О.В.: Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО» - 2014г.:

Содержание деятельности:

- способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей среднего Урала;
- народные традиций в оздоровлении; лесная аптека;
- оздоравливающе свойства натуральных продуктов питания; витамины, их влияние на укрепление организма;
- правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями среднего Урала; особенности национальной одежды народов Урала;
- традиционные для среднего Урала продукты питания и блюда;
- национальная кухня; традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные)игры;
- способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания,среднего Урала;
- спортивные события в своей местности, крае;
- знаменитые спортсмены, спортивные команды.

Модуль образовательной области «Физическое развитие»	
Младший дошкольный возраст (3-5 лет)	*Старший дошкольный возраст (6-7 лет)*
- Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижныхигр. - Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнения народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам. - Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх. - Создать условия для приобщения ребенка к правилам	- Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала. - Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов. - Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала

безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям. - Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью. - Поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях. - Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.	спортивных играх и упражнениях. - Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условий.
Формы совместной образовательной деятельности с детьми	
- подвижнаяигра; - спортивное упражнение; - развивающаяситуация; - игра-экспериментирование; - игра-история; - игра-путешествие; - дидактическаяигра; - проблемные игровые ситуации связанные с безопасной жизнедеятельностьючеловека; - увлекательныеконкурсы; - игровые познавательныеситуации; - беседа; - ситуационнаязадача; - чтение народных потешек истихотворений; - экскурсия; - простейшая поисковаядеятельность; - обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуациях; - совместная выработка правил поведения; - простейшая проектная деятельность; - коллекционирование, выставка полезных предметов (для	- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения; - выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) идр.; - стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды идр.; - создание чудесной книги здоровья, книгивитаминов; - образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случаетравмы; - создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления оправилах безопасногоповедения; - тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья»,«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);

<table>
<tr>
<td>здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивамипотешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);
- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте;
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация.</td>
<td>- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города, края;
- обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;
- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;
- подвижные игры народов Урала;
- устное народное творчество;
- ходьба на лыжах;
- катание на коньках;
- катание на санках;
- скольжение;
- элементы спортивных игр;
- краткосрочные, длительные проекты.</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">Средства</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">Игры народов Среднего Урала:
<u>Русские</u>– «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки»,«У медведя во бору», «Фанты».
<u>Башкирские</u> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».
<u>Татарские</u> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики»,«Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».
<u>Удмуртские</u> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка».
<u>Марийские</u> - «Биляша», «Катание мяча».
<u>Коми</u> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».
<u>Чувашские</u> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок»,«Тума-дуй».
Спортивныеигры:
«Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</td>
</tr>
</table>

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ООБЯЗАТЕЛЬНАЯЧАСТЬ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Для реализации целей Программы в МАДОУ «Детский сад «Радуга» созданы оптимальные материально-технические условия. В группах в соответствии с возрастом детей созданы условия для социально – коммуникативного, познавательного, речевого и художественно – эстетического и физического развития.

На территории детского сада оборудована спортивная площадка, экологическая тропа, маршрутыдля пеших прогулок.Имеется гимнастический зал для полноценной реализации Программы:

Помещение	Назначение
Гимнастический зал – 90 м^2	- Укреплять здоровье детей; - Развивать двигательные навыки и физические качества; - Расширять двигательный опыт; - Создавать положительный эмоциональный настрой. - Организация массовых спортивных мероприятий с детьми и взрослыми; - Организация дополнительного образования в секциях.

Центры физического развития и здоровья в группах

Иллюстрации, картинки по гигиене. Сборники с потешками, стихами о культурно – гигиенических навыках. Настольно-печатные игры типа лото с картинками, изображающими предметы для содержания тела в чистоте. Аудио – сборники с музыкальными сказками, стихами на тему«Мои помощники». Плакат «Что мы делаем в разное время дня» (режимные моменты, культурно – гигиенические навыки). Плакат «Что мы делаем в разное время дня» (режимные моменты, культурно – гигиенические навыки).

Мягкие модули. Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, султанчики, кегли, обручидр. Предметное оснащение для самостоятельной двигательной деятельности. Для релаксации детей – многофункциональные мягкие модули. Для укрепления здоровьядетей – корригирующие дорожки для профилактики плоскостопия. Кубики маленькие и средние. Короткие скакалки. Мячи всех размеров. Вожжи. Обручи. Вертушки. Модульные конструкции для подлезания, перелезания, пролезания. Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски). Ленты, флажки (основных цветов). Массажные коврики и ребристые дорожки. Кольцеброс. Гимнастические палки. Ленты разных цветов на кольцах. Кегли. Флажки разных цветов. Мишени на ковролиновой основе с набором мячиков на «липучке» (дартс). Книги, альбомы по валеологии, гигиене, основам безопасности жизнедеятельности. Альбомы о видах спорта (по сезону), знаменитых спортсменах. Книги, энциклопедии, альбомы о красоте физически развитого человека. Дидактические игры о спорте, основам безопасности жизнедеятельности. Плакаты, макеты, пособия валеологического содержания. Альбомы «Грибы», «Лечебные травы», «Ядовитые растения». Художественная и познавательная литература о сохранении здоровья. Картотека пословиц и поговорок. маски и атрибуты для подвижных игр; иллюстрации, фотографии знаменитых спортсменов; подборка иллюстраций, стихов и загадок о физкультуре и здоровье; картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей; картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей; картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей; картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей; картотека бодрящих гимнастик в соответствии с возрастом детей; картотека считалок; иллюстрированный материал по зимним видам спорта;

иллюстрированный материал по летним видам спорта; плакаты разной тематики: «эти полезные витамины»; «закаливание» и др.; информационные папки (для каждой группы).

3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствамиобучения, воспитания

Модуль ОО	Методические пособия	Наглядно-дидактические пособия	Электронные образовательные ресурсы
Модуль образовательной области «Физическое развитие»	- Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет. - Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года). - Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». - Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». - Серия «Расскажите детям» - Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет). - Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет). - Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: - Подготовительная к школе группа (6–7 лет). - Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет. - Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. Антонов Ю.Е. - Здоровый дошкольник:	- Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». - Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». - Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». - Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта». - Азбука чистоты. Альбом для рассматривания. - Одежда для детей по сезонам. Альбом для рассматривания. - О пользе витаминов.Альбом для рассматривания. - Правильная осанка.Альбом для рассматривания. - Расти сильным. Альбом для рассматривания. - Игровой дидактический материал Малыши-крепыши. Физкультура, закаливание, здоровый образ жизни. - Игровой дидактический	Подборка дисков с комплексами утренней гимнастики, пальчиковой гимнастики, музыкальные произведениями: «Уголок леса», «Шум моря» и др.

	Социальнооздоровительнаятехнология XXI века. –М.: АРКТИ,2000 - 88сВареник - Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет - Рунова М. «Обеспечение двигательной активности детей на прогулке». - Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». - Программа и методические рекомендации Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. «Физкультурное и спортивноигровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений». - Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет».	материал Малыши-крепыши. Физкультура, закаливание, здоровый образ жизни. - Игровой дидактический материал Малыши-крепыши. Физкультура, закаливание, здоровый образ жизни. - Одежда по видам деятельности. Альбом для рассматривания. - Азбука здоровья. Альбом для рассматривания. - Олимпиада 2014. Альбом для рассматривания. - Пароолимпиада 2014. Альбом для рассматривания. - Юные спортсмены. Альбом рассматривания. - Летние виды спорта. Альбом для рассматривания. - Мы спортсмены. Альбом для рассматривания. - Лыжный спорт. Альбом для рассматривания. - Спорт. Альбом для рассматривания. - Строение тела. Плакат. Валеология или здоровый малыш. Кожа, питание, сон. Гигиена и хорошее здоровье.	

Перечень материально-технического и игрового оборудования для обеспечения образовательного процесса

№ п/п	Наименование	Количество (шт.)
1	Сухой бассейн	1
2	Мяч-ролик массажный	20
3	Мяч резиновый большой	40

4	Мяч резиновый средний	20
5	Мяч резиновый малый	20
6	Мяч резиновый 1кг.	10
7	Мяч футбольный	5
8	Мяч волейбольный	4
9	Тренажер для рук и ног (резиновые гантели)	4 по 2
10	Мяч резиновый маленький	20
11	Куб деревянный большой	4
12	Куб деревянный малый	15
13	Мяч баскетбольный	9
14	Фитбол	14
15	Коврик массажный со следочками	2
16	Доска-балансир с мешочком	1
17	Коврик «Зигзак»	2
18	Доска с зацепами	2
19	Доска ребристая	6
20	Дорожка-балансир	1
21	Дорожка-мат со следочками	2
22	Дуга большая	6
23	Дуга малая	8
24	Кольцо плоское	15
25	Мат большой складной	1
26	Мат малый складной 4 секции	1
27	Мат малый складной 2 секции	2
28	Мишень навесная	2
29	Мяч для мини-баскетбола	9
30	Скакалка длинная	10
31	Дартц	2
32	Диск здоровья	10
33	Канат с узлами	1
34	Канат 3м.	1
35	Баскетбольный щит на стойке	2
36	Гантели	50
37	Мяч массажный малый	20
38	Мяч набивной 1кг.	5

39	Мяч набивной 2 кг.	4
40	Мяч набивной 3 кг.	4
41	Велотренажер 1	1
42	Степлер «Ходики»	1
43	Тренажер «Гребля»	1
44	Беговая дорожка	1
45	Тренажер «Бегущая по волнам»	1
46	Силовой тренажер	1
47	Батут	1
48	Гимнастическая стенка	7
49	Гимнастическая скамейка	4
50	Обруч малый	21
51	Обруч большой	15
52	Палка гимнастическая короткая	21
53	Палка гимнастическая длинная	21
54	Фишки, конусы для разметки игрового поля	9
55	Игровой лабиринт	2
56	Секундомер	1
57	Кольцеброс	2
58	Волейбольная сетка	1
59	Велосипед	1
60	Самокат	2

3.3.Распорядок и режим дня

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26. Основные компоненты режим(дневной сон, время бодрствования, время приема пищи и интервалы между приемами пищи, время прогулки, закаливающие, оздоровительные процедуры) строго соблюдаются.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей дошкольного возраста:

- соответствует функциональным возможностям ребенка, их возрасту и состояниюздоровья;
- обеспечивает баланс между разными видами активности детей (интеллектуальной, физической и др;), ихчередование;
- организация гибкого режима пребывания детей в детскомсаду;
- план образовательной деятельности составляется в соответствии требованиями СанПиН2.4.1.3049-13.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется ДОО в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей, социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды.

Это время используется для спокойных игр и занятий. Перед приемом пищи дети тщательно моют руки, а если нужно, и лицо. Количество времени, отведенное на игры, занятия, прогулки, а также чередование различных видов деятельности не меняются. После игр и занятий, требующих значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности, детям нужна деятельность подвижного характера, не связанная с большими усилиями. После энергичных движений, сильного возбуждения отдыхом для детей - спокойные игры.

Особенности организации физического воспитания.

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделюучетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

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

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

Структура организации непосредственно - образовательной деятельности

Структура состоит из 3 частей: вводной, основной, заключительной. Выделение частей обусловлено психологическими, физиологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть

(самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствие с поставленными задачами. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Структура физкультурных занятий	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная к школе группа 6-7 лет
Вводная часть	2-3 мин. - ходьба, бег вчередовании; в построениях сразличными заданиями	3-4 мин. – упражнениявходьбе, беге, несложные задания с предметами;упражнения, укрепляющие мышцыног, стопы,формирующие правильнуюосанку	4-6 мин. – ходьба, бег в чередовании	5—6 мин. – упражненияв построениях, перестроениях; различные вариант: ходьбы, бега, прыжковс относительноумеренной нагрузкой; несложные игровые задания
Основная	12-15 мин. - основные видыдвижений (упражнения вравновесии, прыжках,лазании и метании)	12-15 мин,- упражнениясо предметами и без них вопределенной последовательности: для мышц плечевого пояса, мышц спины, косыхмышц живота (наклоны, повороты) и ног	18 - 20 мин. – упражнения общеразвивающего характера, используя различные исходные положения стоя, сидя, в стойке на коленях, лежа на спине и животе; основным видам движений: равновесие, прыжки, метание, лазание; подвижная игра	20—25 мин. – основныевиды движений: ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье. Подвижные игрыбольшой и среднейинтенсивности, несложные игровые задания, эстафеты
Заключительная	2-3 мин. – простыеупражнения, игры малойподвижности, хороводы.	3-4 мин. – несложныеигровые задания, игрымалой подвижности	3-4 мин. – упражнения входьбе, несложныеигровые задания, игрымалой подвижности	4-5мин. – упражнения входьбе, игры малойподвижности, хороводы, несложные игровые задания
Подвижная игра — обязательный компонент каждого занятия по физической культуре.				

Физическое воспитание дошкольников представляет единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию,

включение физминуток и динамических пауз, подвижных игр, развлечений и досугов в помещение и на свежем воздухе в самостоятельной деятельности детей.

Особенности организации закаливания.

Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Содержание	**группа**	**срок**
Организация оптимального режима		
Организация комфортного режима дня в соответствие с возрастными игигиеническими требованиями	все группы	постоянно
Обеспечение оптимальной образовательной нагрузки с учетомвозрастных, гигиенических и индивидуальных особенностей	все группы	постоянно
Организация оптимальной среды пребывания ребенка во всехпомещениях дошкольного учреждения (обеспечивающей физическое иэмоциональное благополучие, гигиенические условия)	все группы	постоянно
Комплексная диагностика		
Регулярный осмотр детей медперсоналом ДОУ	все группы	постоянно
Осмотр детей специалистами детской поликлиники	выборочно	по графику ЛПУ
Диагностика речевого развития ребенка	все группы	Сентябрь, май
Диагностика физического развития	все группы	Сентябрь, май
Диагностика психоэмоционального состояния детей	все группы	Сентябрь, май
Педагогическая диагностика развития	все группы	Сентябрь, май
Организация двигательного режима		
Физкультурные занятия в зале	Все группы	2-3 раза в нед.
Физкультурные занятия на воздухе	Ст., подг. группы	1 раз в неделю
Утренняя гимнастика	Все группы	ежедневно
Корригирующая гимнастика после сна	Все группы	ежедневно

Музыкально – ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю
Физкультурные досуги,	С младшей гр.	1 раз в месяц
Физкультурные праздники, дни здоровья	С младшей гр.	1 раз в 6 мес.
Прогулки с включением подвижных игр и упражнений	Все группы	2 раза в день
Туристические походы, пешие прогулки	Ст., подг. группы	1 раз в квартал
Оздоровительные моменты		
Артикуляционная гимнастика	Все группы	2 раза в день
Пальчиковая гимнастика	Все группы	2 раза в день
Дыхательная и звуковая гимнастика	Все группы	ежедневно
Массаж и самомассаж (игровой массаж)	Все группы	ежедневно
Психогимнастика	Все группы	ежедневно
Релаксационные упражнения (паузы, имитации, моменты)	Все группы	ежедневно
Зрительная гимнастика	Все группы	ежедневно
Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы	Все группы	ежедневно
Профилактика заболеваемости		
Оздоровительно – витаминный комплекс	Все группы	Ноябрь, март
Витаминизация III блюд	Все группы	Постоянно
Организация второго завтрака (соки)	Все группы	Постоянно
Закаливающие мероприятия		
Хождение босиком по дорожкам «Здоровья»	Ран и яс возраст	ежедневно
Полоскание горла, кипяченной водой комнатной температуры	Со 2 мл группы	постоянно
Прогулки на воздухе	Все группы	ежедневно
Гигиеническое мытье ног, в летний период	Все группы	ежедневно
Воздушные ванны в облегченной одежде	Все группы	ежедневно
Проветривание помещений	Все группы	ежедневно
Солнечная инсоляция групповых помещений и спален (световой режим)	Все группы	ежедневно
Коррекционное оздоровление		
Коррекционные упражнения для детей с нарушением осанки	Инд занятия	ежедневно
Коррекционные упражнения для детей с плоскостопием	Инд занятия	ежедневно
Коррекционные упражнения для детей часто болеющих	Инд занятия	ежедневно
Корригирующая гимнастика после сна	Все группы	ежедневно
Релаксационные упражнения в сенсорной комнате	Все группы	По графику
Пескотерапия, арттерапия, музыкотерапия	Инд занятия	По графику
Занятия на тренажерах, занятия в сенсорной комнате	Инд занятия	По графику
-Изучение новых здоровьесберегающих технологий		В течение года

- Открытые мероприятия по физическому развитию, валеологии	В течение года
- Анализ заболеваемости, посещаемости, определение эффективности деятельности	В течение года
- Ведение индивидуальных карт развития, обеспечение индивидуального маршрута физического и психического развития	В течение года

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Спортивные развлечения. «Мы растем здоровыми», «Нам праздник веселый зима принесла», «Будем в армии служить», «Мамины помощники», «В стране веселых игр», «Мы встречаем праздник лета», «Неделя здоровья, радости и дружбы».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Спортивные развлечения. «Мы растем здоровыми», «Нам праздник веселый зима принесла», «Будем в армии служить», «Мамины помощники», «В стране веселых игр», «Мы встречаем праздник лета», «Неделя здоровья, радости и дружбы».

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Спортивные развлечения. «Путешествие на планету здоровья»,«Мы мороза не боимся», «А ну – ка, девочки!»,«Веселые старты» развлечение детей с родителями», «В стране веселых игр», «День Нептуна», «Неделя здоровья, радости и дружбы»

3.4.Особенности организации развивающей предметно-пространственнойсреды

Под развивающей предметно-пространственной средой (далее РППС) понимается определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом.

Программа определяет построение РППС с опорой на личностно – ориентированную модель, предоставляющую ребенку больше «поля» для самостоятельных действий и общения на равных, свободу, независимость. РППС обеспечивающая интенсивное развитие ребенка и провоцирующая возникновение и развитие познавательных интересов ребенка, его волевых качеств, эмоций чувств,создающая возможности для расширения опыта эмоционально – практического взаимодействия дошкольника со взрослыми и сверстниками в наиболее значимых для ребенка сферах жизни; при этом она должна позволять включить в активную познавательную деятельность одновременно всех детей группы. РППС, окружающая детей в детском саду обеспечивает безопасность их жизни, способствует укреплению здоровья.

Построение современной модели РППС детского сада осуществляется на основе следующих наиболее важных *направления:*

Здоровье сберегающая направленность РППС:

- соответствие предметного окружения санитарно-гигиеническим нормам итребованиям;
- создание предметной среды по оздоровлению детей, коррекции,закаливанию, профилактикезаболеваний;
- обеспечение положительного эмоционального состояниядошкольников;
- условия для полноценного физического развития, удовлетворения потребности в разнообразной двигательнойактивности;
- обеспечение чувства психологической защищенности – доверие ребенка к миру, радостисуществования.

- условия для формирования привычек здорового образажизни.

Развивающая направленность РППС:

- обеспечение условий для развития способностейдетей;
- поддержка познавательной активности, обеспечение ее дальнейшегороста;
- создание условий для реализации усвоенных способов действий,приобретенныхзнаний;
- максимальное приспособление предметно – развивающего пространства к потребностям, особенностям и интересамдетей;
- создание условий для эмоционального проживания различных ситуаций, с целью осмысления воспринятыхсодержаний;
- обеспечение чувства психологической защищенности – доверие ребенка к миру, радостисуществования.

Требования к РППС для педагогов по поддержке детской инициативы:

Особенности организации предметно-пространственной среды для обеспечения эмоционального благополучия ребенка. Для обеспечения эмоциональногоблагополучия детей обстановка в детском саду должна быть располагающей, почти домашней, в таком случае дети быстро осваиваются в ней, свободно выражают свои эмоции. Все помещения детского сада, предназначенные для детей, должны быть оборудованы таким образом, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно и свободно. Комфортная среда - это среда, в которой ребенку уютно и уверенно, где он может себя занять интересным, любимым делом. Комфортность среды дополняется ее художественно-эстетическим оформлением, которое положительно влияет на ребенка, вызывает эмоции, яркие и неповторимыеощущения.

Пребывание в такой эмоциогенной среде способствует снятию напряжения,зажатости, излишней тревоги, открывает перед ребенком возможности выбора рода занятий, материалов, пространства. РППС должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое. При проектировании предметной среды следует помнить, что «застывшая» (статичная) предметная среда не сможет выполнять своей развивающей функции в силу того, что перестает пробуждать фантазиюребенка.

В целом принцип динамичности - статичности касается степени подвижности игровых пространств, вариантности предметных условий и характера детской деятельности. Вместе с тем, определенная устойчивость и постоянство среды -это необходимое условие ее стабильности, привычности, особенно если это касается мест общего пользования (библиотечка, шкафчик с игрушками, ящик с полифункциональным материалом и т. п.).

Особенности организации предметно-пространственной среды для развития самостоятельности.Среда должна быть вариативной,состоять из различныхплощадок (мастерских, исследовательских площадок, художественных студий,библиотечек, игровых, лабораторий и пр.), которые дети могут выбирать по собственному желанию. Предметно-пространственная среда должна меняться в соответствии с интересами и проектами детей не реже, чем один раз в несколько недель. В течение дня необходимо выделять время, чтобы дети могли выбрать пространство активности (площадку) по собственномужеланию.

Особенности организации предметно-пространственной среды для развития игровой деятельности. Игровая среда должна стимулировать детскуюактивность и постоянно обновляться в соответствии с текущими интересами и инициативой детей. Игровое оборудование должно быть разнообразным и легко трансформируемым. Дети должны иметь возможность участвовать в создании и обновлении игровой среды. Возможность внести свой вклад в ее усовершенствованиедолжны иметь иродители.

Особенности организации предметно-пространственной среды для развития познавательной деятельности. Среда должна быть насыщенной,предоставлятьребенку возможность для активного исследования и решения задач, содержать современные материалы (конструкторы, материалы для формирования сенсорики, наборы для экспериментирования ипр.).

Особенности организации предметно-пространственной среды для развития проектной деятельности. Стимулируя детей к исследованию и творчеству,следует предлагать им большое количество увлекательных материалов и оборудования. Природа и ближайшее окружение - важные элементы среды исследования, содержащие множество явлений и объектов, которые можно использовать в совместной исследовательской деятельности воспитателей идетей.

Особенности организации предметно-пространственной средыдлясамовыражения средствами искусства. Образовательная среда должнаобеспечивать наличие необходимых материалов, возможность заниматься разными видами деятельности: живописью, рисунком, игрой на музыкальных инструментах, пением, конструированием, актерским мастерством, танцем, различными видами ремесел, поделками по дереву, из глины ипр.

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

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

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Материально-техническое обеспечение Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений

ДОУ обеспечены материально-технические условия, позволяющие реализовать часть Программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Средства, для организации игровой деятельности с детьми:

Игры народов Среднего Урала:

Русские– «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки»,«У медведя во бору», «Фанты».

Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок»,«Юрта».

Татарские– «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики»,«Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».

Удмуртские– «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серыйзайка».

Марийские - «Биляша», «Катаниемяча».

Коми– «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой,олень!».

Чувашские – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».

Спортивныеигры:«Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» идр.

Методическое обеспечение Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений

- Образовательная программы «Мы живем на Урале» Толстикова О.В.,Савельева О.В.: Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО» -2014г.:
- Азбука безопасности на дороге. Образовательная программа по формированию навыков безопасного поведения детей дошкольного возраста в дорожно-транспортных ситуациях. – Толстикова О.В., ГатченкоТ.Г. - Екатеринбург: ГБОУ ДПО СО «ИРО». 2011г. – 75с.
- Толстикова О.В., Савельева О.В., Иванова Т.В., Овчинникова Т.А., Симонова Л.Н., Шлыкова Н. С., Шелковкина Н.А. Современные педагогические технологии образования детей дошкольного возраста: методическое пособие. – Екатеринбург: ИРО,2013. –198с.
- Толстикова О.В., Савельева О.В., Иванова Т.В., Овчинникова Т.А., Симонова Л.Н., Шлыкова Н. С., Шелковкина Н.А. Современные педагогические технологии образования детей дошкольного возраста: методическое пособие. – Екатеринбург: ИРО,2013. –198с.
- Хрестоматия для детей старшего дошкольного возраста. Литературное творчество народов Урала / Сост. Толстикова О.В. Екатеринбург: ГБОУ ДПО СО «ИРО». –2010г.
- Предупреждение речевых нарушений детей дошкольного возраста.Методические рекомендации. / Толстикова О.В., Царева М.В., Костромина О.В. – Екатеринбург: ИРРО. – 2010. – 57с.
- Подвижные игры народов Урала. - Екатеринбург: ИРРО. – 2009.Составители: Толстикова О.В., Васюкова С. В., Морозова О.И., Воронина С.Н., Худякова Т.А., Баталова Н. А., КрючковаГ.А.,КрыжановскаяЛ.А.
- Игры на асфальте. Методические рекомендации / Сост. Воронцова О.Воробьева Л. - Екатеринбург: ИРРО. –2009.

IV.ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛПРОГРАММЫ

Данная рабочая программа является нормативным документом, характеризующим систему организации образовательной деятельности инструктора по физической культуре МАДОУ «Детский сад «Радуга». Рабочая программа разработана в соответствии с основнойобщеобразовательной программой - образовательной программой МАДОУ «Детский сад «Радуга», в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образованияРабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и возрастных особенностей развития детей инструктор по физической культуре создает педагогическую модель образования. Рабочая программа обеспечивает физическое развитие воспитанников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению «Физическоеразвитие».

Структура рабочей программы включает 3 раздела (целевой, содержательный, организационный). В целевом разделе рабочей программы представлены целевые ориентиры и задачи, принципы и подходы. Возрастные особенности контингента детей, что позволяет педагогу строить образовательную деятельность на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра. Определены планируемые результаты.

Основные цели и задачи:

- формирование у детей начальных представлений о здоровом образежизни;
- сохранение, укрепление и охрана здоровьядетей;
- повышениеумственнойифизическойработоспособности,предупреждениеутомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности,выразительности движений, формирование правильнойосанки;

- формирование потребности в ежедневной двигательнойдеятельности;
- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке привыполнениидвижений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- интереса и любви кспорту.

В содержательном разделе представлено содержание образовательной деятельности для каждой возрастной группы. Содержание рабочей программы предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не толькорамках непрерывной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

В организационном разделе представлены особенности организации развивающей предметно-пространственной среды, материально-технического, методического оснащения, расписание занятий в соответствии с режимами дня и учебными нагрузками для всех возрастов в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13.

Каждый раздел включает в себя обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Разработчик рабочей программы: инструктор по физической культуре МАДОУ «Детский сад «Радуга» Кетова Н.А.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Тематическое планирование реализацииПрограммы

Сентябрь

Младшаягруппа

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная сред
Первая неделя 1 -2	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Ходьба по дорожке: ширина 25 см, длина 2,5 - 3 м; П/игра «Беги ко мне»; Дыхательное упражнение «Пастушок»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.23 - 24	Гимнастическая скамейка, игрушка шнуры.
3	Учить ходить по рейке, положенной на пол, прыгать на двух ногах на месте, ползать на четвереньках по прямой; развивать ловкость.	Ходьба по рейке, положенной на пол; П/игра «Лохматый пес»	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.24	Игрушка, кубик.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Прыжки на двух ногах на месте; П/игра «Птички»; Самомассаж пальцев «Овощи».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.24 - 25	Игрушка, стул, мячик.
3	Учить прыгать из кружка в кружок, ходить на носочках, строиться в шеренгу, катать мяч друг к другу. Развивать чувство равновесия, глазомер.	Прокатывание мяча друг к другу; П/игра «Поймай комара».	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с.24	Флажки, мячи, обручи.
Третья неделя 1 -2	Развивать умение	Игровое упражнение	Л.И. Пензулаева	Мячи, гимнастическая

	действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	«Прокати и догони»; П/игра «Кот и воробышки»; Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя .	«Физические занятия в д/саду» с.25 -26	скамейка.
3	Учить ходить по бревну, прыгать вокруг предметов, катать шарик в воротца, упражнять в умении бегать по кругу.	Прокатывание шарика в цель; П/игра «Наседка и цыплята».	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с.25	Ворота, лента.
Четвертая неделя 1 - 2	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Ползание с опорой на ладони и колени; П/игра «Быстро в домик»; Ходьба по массажной дорожке «Здоровье»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.26 -27	Кубики, погремушка.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в ходьбе по рейке, прыжках из кружка в кружок, развивать ловкость, глазомер.	Прыжки из кружка в кружок; П/игра «Наседка и цыплята».	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с.25	Обручи, мячи шнур, рейка.
Спортивный досуг В гости к ежику Ерофею	Создатьатмосферурадости и эмоционального благополучия; воспитывать в детях любовь к спорту, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.		Конспект	Мячи, дуги, корзина веревки.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: р. народная «У медведя во бору» (повторение движений) Проговаривание педагогом считалки: «Мы весной сажали сад, а Семен лежал у			А.В. Кенеман «Детские подвижные СССР» игры	

гряд. Вот мы яблоки едим, А Семену не дадим. Нам лентяев здесь не надо! Выходи, Семен, из сада!» Игра с мячом: «Фрукты и овощи» Рассматривание картинок «Звери и спорт»	народов	

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Возрастные особенности	Физминутка «На одной ноге»	Игра в круге «Зайка серенький сидит»	Консультация по теме «Формирование здоровьесберегающего двигательного поведения»	Анкетирование оборганизациидвигательной активностидетей дома

Октябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровое упражнение «Пойдем по мостику»; П/игра «Догони мяч»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.28 -29	Мяч, мостик.
3	Учить строиться в колонну по одному, прыгать вверх с места, ходить по ребристой доске, перешагивая через предметы; упражнять в ходьбе на носочках, ползании на четвереньках между предметами.	Катание мяча в ворота; П/игра «По ровненькой дорожке»	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с.26	Рейка, обручи, мячи.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в прыжках с приземлением на	Прыжки из обруча в обруч;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в	Мячи, обручи, флажок.

	полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг к другу.	П/игра «Ловкий шофер»; Пальчиковая гимнастика «Веселые хлопушки».	д/саду» с. 29	
3	Учить ходить по кругу, бегать на носочках, метать мяч в горизонтальную цель; упражнять в умении ходить по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой ноги.	Метание мяча в горизонтальную цель двумяруками снизу (расстояние 1,5 - 2 м); П/игра «Поймай комара».	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с.27	Бревно, мячи
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом движений; в равновесии.	Игровое упражнение «Быстрый мяч»; П/игра «Зайка серый умывается».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 30	Мячи, игрушка – заяц.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в беге с одного края площадки на другой, перестроении в колонну по два, ходьбе на носочках; развивать равновесие.	Катание мяча между предметами; П/игра «Кролики».	«Физическое воспитание детей 2- 7лет», с. 30	Гимнастическая скамейка, обручи, мячи.
Спортивный досуг «Веселый мяч»	Цель: совершенствовать у детей двигательные навыки с играх, воспитывать ловкость, выдержку, внимание.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
	П/и. р.н. «Заинька», «Кот Васька» (повторение	А.В. Кенеман Детские подвижные игры народов		

	движений) Игра с мячом: «Ягоды, грибы» (с картинками) Рассматривание картинок «Спорт» Дыхательное упражнение «Ветры» Рисуем пальчиками по контуру (мяч, обруч)	СССР»		

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
«Как помочь ребенку адаптироваться»	Физминутка «Лесорубы»	Игра - упражнение «Мишка косолапый»	«Зависимость слойности одежды детей от температуры окружающей среды и их вида»	«Влияние двигательной активности на физическое и психическое»

Ноябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровое задание «Веселые мышки»; П/игра «Ловкий шофер»; Пальчиковая гимнастика «Кораблик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.33	Мяч, ленты, игрушка зайчик.
3	Учить ходить в колонне по одному, перестраиваться в колонну по два, бегать с одного края площадки на другой, строиться в колонну по два, катать мяч между предметами; упражнять в прыжках; учить сохранять равновесие.	Перелезание через бревно; П/игра «Бегите ко мне».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.33 «Физическое воспитание детей 2-7лет», с.28	Бревно, мячи,гимнастическая скамейка,кубики.

Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Прыжки из обруча в обруч; П/игра «Мыши в кладовой»; Дыхательная гимнастика «Завели машину».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 34	Мячи, обручи, шнур.
3	Учить метать мяч в горизонтальную цель двумяруками от груди, пролезать в обруч; упражнять в ходьбе по кругу, беге на носочках, прыжках на месте.	Пролезание в обруч; П/игра «Мыши и кот».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.29	Обручи, мячи, шнур.
Третья неделя 1 - 2	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость припрокатываниимячамеждупредметами; упражнять в ползании.	Игровое задание «Прокати - не задень»; П/игра «По ровненькой дорожке»; Зрительнаягимнастика«Листопад ».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 35-36	Мячи, кубики.
3	Учить бегать змейкой, прыгать, продвигаясь вперед; упражнять в ходьбе по бревну, катании мяча друг другу, закреплять умение строиться в круг.	Прыжки с продвижением вперед; П/игра «Найди свой цвет».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.29	Ленточки, бревно, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию задании с мячом.	Ползание «Паучки»; «П/игра «Поймай комара»; КГ - «Петрушка» (на спине); КГ - упражнение «Велосипед».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 37	Шнур, флажки, доски.
3	Учить ходить змейкой, прыгать между предметами; упражнять в умении бегать	Катание мяча друг другу; П/игра.	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.27	Ленточки, шнур, мячи
Спорт. досуг «Живые Загадки»	Цель: развивать у детей чувство ритма и умение согласовывать движение с музыкой, навыки выразительности и		Конспект	

	пластичности. Закрепить знания детей о животных.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: «Бабочка и ласточка» (повторение движений). Рисуем «Мяч катится по дорожке». Игры с мячом: «Домашние животные» (с картинками). Дыхательная гимнастика «Снежинки».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Дыхательное упражнение «Дудочка»	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Игра - упражнение «Мишка косолапый»	Организовать совместные действия родителей и детей с мячом.	Консультация «Взаимосвязь развития мелкой моторики руки и речедвигательного аппарата»

Декабрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Игровое упражнение «Пройди - не задень»; П/игра «Коршун и птенчики»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.38 - 39	Кубики, шнур, гимнастические скамейки.
3	Учить лазать по лестнице - стремянке, метать мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой; упражнять в прыжках, беге, ходьбе с высоким подниманием колена.	Ходьба по ребристой доске; Метание мяча в горизонтальную цель; П/игра «Бегите к флажку» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.30 - 31	Шнур, кубики.

Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнениемзаданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатываниимяча.	Прыжки со скамейки (высота 20 см); П/игра «Найди свой домик»; Игры с массажным мячом.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 40-41	Мячи, мат, шнур.
3	Учить бегать в медленном темпе в течение отведенного времени, прыгать через шнур;	Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди; П/игра «С кочки на кочку»	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.31	Ребристая доска, мячи, шнур, кубики.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Игровое упражнение «Не упусти!»; П/игра «Найдем лягушонка»; Зрительная гимнастика«Мишка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 41 - 42	Дуги, мячи, кубики.
3	Учить ходить по два, упражнять в ходьбе по бревну, катании мяча в воротца; развивать равновесие.	Катание мяча в воротца; П/игра «Поезд» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 31	Воротца, бревно, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Игровое упражнение «Жучки на бревнышке»; П/игра «Птица и птенчики».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 42 - 43	Стул, две доски.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; сохранения устойчивого равновесия припрыжках.	Лазание по лестнице - стремянке; П/игра «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 32	Шнур, лестница стремянка, мячи.
Спортивный досуг	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; воспитывать в детях любовь к спорту, развивать ловкость,		конспект	

	быстроту, умение ориентироваться в пространстве.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Игра «Кто спрятался» (с масками животных Урала). Игры с мячом: «Дикие животные» (с картинками). Дыхательная гимнастика «Гномик». Д/и «Угадай, кто кричит?» (домашние животные).				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Дыхательное упражнение «Бабочки»	Игра-упражнение «Лошадки» (прямой галоп)	Провести анкетирование об организации двигательной деятельности детей в выходные дни	Консультация «Развитие функции равновесия»«Основа предупреждения травматизма»

Январь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Равновесие «Пройди - не упади»; П/игра «Коршун и цыплята»; Пальчиковая гимнастика «Строим дом».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 43 - 45	Доска, обручи, платочки.
3	Учить ходить по прямой дорожке и в разных направлениях, прыгать через предметы, размыкаться и смыкаться; упражнять в умении катать мяч между предметами; развивать ловкость, глазомер.	Ползание на четвереньках, между предметами; П/игра «Беги ко мне» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.33	Шнур, кубики, мячи, шишки.

Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивать ловкость, глазомер.	Прыжки «Зайки - прыгуны»; П/игра «Птица и птенчики»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 44 - 46	Мячи, обручи, кубики.
3	Учить ходить по доске, положенной на пол, бегать по прямой и извилистой дорожкам, метать в вертикальную цель; упражнять в построении в колонну по два, прыжках между предметами.	Прыжки через предметами; П/игра «Найди свой цвет» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с,33 - 34	Обруч, мячи, кубики, доска, бревно.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Упражнение «Медвежата»; П/игра «Найди свой цвет»; КГ - «Ножницы» (на спине).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 46 - 47	Кегли, мячи, кубики, обручи.
3	Учить прыгать через линию; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.	Прыжки через линию; П/игра «Мыши и кот» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.34	Гимнастическая скамейка, мячи, кегли
Четвертая неделя1 – 2	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Равновесие «По тропинке»; П/игра «Лохматый пес».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 47 - 49	Дуга, две доски.
3	Упражнять в умении бегать по прямой и извилистой дорожкам, прыгать через предметы, метать	Пролезание в обруч; П/игра «Птички и птенчики» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 35	Шнур, обруч, мячи, кубики.

	мяч в вертикальную цель; развивать ловкость и координацию движений			
Спортивный праздник «Зимние забавы»	Цель; совершенствовать навыки метания в горизонтальную цель, развивать ловкость и функцию равновесия, воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: «Медведь и дети», «Поезд». Д/и «Угадай, кто кричит?» (дикие животные). Дыхательная гимнастика «Дыши глубже». Зрительная гимнастика «Снег снежок».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Кто тише» (бег на носочках	Физминутка «Наш мишутка потянулся»	Физминутка «Здравствуй, солнце»	Консультация «Формирование у детей произвольного управления двигательным поведением»	Консультация «Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня»

Февраль

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и развивать координацию переменным шагом; продвижением вперед. беге вокруг предметов; движений при ходьбе повторить прыжки с продвижением вперед.	Равновесие «Перешагни – не наступи»; П/игра «Найди свой цвет».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 50	Кольцо, шнуры, обручи.
3	Учить прыгать с высоты, бегать,	Метание мяча в	«Физическое	Кубики, доска, мяч.

	выполняя задания; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по доске.	горизонтальную цель двумя руками от груди; П/игра «Трамвай».	воспитание детей 2-7лет», с.35	
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Прыжки «Веселые воробышки»; П/игра «Воробышки в гнездышках»; Дыхательная гимнастика «Шарик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 51-52	Мячи, скамейка, обручи.
3	Учить ходить врассыпную, ловить мяч; упражнять в умении прыгать через линию, ползать на четвереньках между предметами; развивать чувство равновесия.	Ходьба по ребристой доске (с перешагиванием через предметы); П/игра «Самолет».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.35	Шнур, мячи.
Третья неделя 1 -2	У детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Упражнение «Бросили»; П/игра «Воробышки и кот»; КГ - «Лодочка» (на животе)	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 52 – 53	Шнур, мячи.
3	Учить ходить, выполняя задания; упражнять в умении и навыках бегать змейкой, катать мяч друг другу, прыгать из кружка в кружок.	Прыжки из кружка в кружок; П/игра «Лохматый пес»(с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.36	Обруч, мяч
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Упражнение «Под дугу»; П/игра «Лягушки» (прыжки); Ходьба перекат с пятки на носок.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 53 – 54	Дуга, две доски.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в лазанье	Ходьба по рейке, положенной на пол; П/игра «Найди свое	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 37	Мяч, рейка, гимнастическая скамейка

	по гимнастической скамейке, ловля мяча, прыжках с высоты, развивать ловкость.	место».		
Спортивный досуг «Кто у бабушки живет»	Цель: Формировать навыки здорового образа жизни; развивать эмоциональность, выразительность, сообразительность.		Конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: «Куры и кошка», «Зайчик в домике». Игровая ситуация: «Мишка съел много мороженного и заболел». Зрительная гимнастика «Самолет». Перепрыгивание через ручеек, речку Уфу. Д/и «Звери умываются».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Угадай кто кричит»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики»	Физминутка «На одной ноге постой - ка»	Открытое занятие	Консультация «Влияние имитации на развитие у детей произвольности в поведении»

Март

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Прыжки «Змейкой»; П/игра «Кролики»; Пальчиковая гимнастика «Лягушки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 54 - 55	Кубики, шнур, доска.

3	Учить бросать и ловить мяч, прыгать через линии (поочередно через каждую), бегать в быстром темпе на расстояние; упражнять в ходьбе с выполнением заданий.	Перелезание через бревно; П/игра «Поезд».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.37	Бревно, шнур, мяч.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Катание мячей «Точно в руки»; П/игра «Найди свой цвет»; КГ - катание мяча по полу стопой.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 56-57	Мячи, 2 шнура.
3	Учить подлезать под препятствия, не касаясь руками пола; упражнять в беге по прямой и извилистой дорожкам, прыжки через предметы; учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.	Прыжки через предметы; П/игра «Птички и птенчики».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.38	Мячи, кубики, гимнастическая скамейка, шнур, кольцо.
Третья неделя 1 -2	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Упражнение - игра «Муравьишки»; П/игра «Зайка серый умывается»; Зрительная гимнастика «На лугу».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 57-58	Скамейка, мячи.
3	Учить ходить по лестнице, положенной на пол, упражнять в умении бегать с одногокрая площадки на другой, лазать по лестнице — стремянке; развивать координацию движений,глазомер.	Прыжки на двух ногах на месте; П/игра «Трамвай» (с бегом).	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.38	Лестница, мяч, флажки.
Четвертая неделя 1 – 2	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять	Ползание «Медвежата»; П/игра «Автомобили»; Дыхательная гимнастика «Бычок»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 58-59	Кегли, кубики, гимнастическая скамейка, обручи.

	в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.			
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в беге в быстром темпе, прыжках через несколько линий; закреплять умения и навыки ходить в колонне по одному.	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловя его; П/игра «Найди свой цвет».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 59	Мяч, дуга, мешочки.
Спортивный досуг «В гости к гному»	Цель: Формировать навыки здорового образа жизни; развивать эмоциональность, выразительность, сообразительность; умение ориентироваться в пространстве, развивать умение подражательных движений.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: Уточки и собачка, «Мой веселый звонкий мяч». Игровое упражнение «Хорошо-плохо». Чтение потешки «Водичка, водичка…» (значимость воды в жизни человека). Д/ и «Покупаем полезные овощи», «Оденем куклу на прогулку» (значимость одежды для здоровья). Дыхательная гимнастика «Перышко».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Дыхательная гимнастика «Часики»	Игра «Кто где кричит»	Подвижная игра «Поезд»	Консультация «Меры предосторожности при ОРЗ»	Консультация с участием медработника «Влияние питания на рост и развитие организма»

Апрель

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Прыжки «Через канавку»; П/игра «Тишина»; Дыхательная гимнастика «Замочек».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60 - 61	Кубики, гимнастическая скамейка, шнуры.
3	Учить прыгать в длину с места через две линии, ходить выполняя задания; упражнять в беге в медленном темпе, метании мяча в горизонтальную цель.	Ходьба по лестнице, положенной на пол; П/игра «Беги ко мне»	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.39 - 40	Погремушки, лестница, мяч
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Упражнение с мячом «Точный компас»; П/игра «По ровненькой дорожке»; Пальчиковая гимнастика с мячом – ежиком.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 61 -62	Короткие шнуры, обручи, мячи.
3	Учить прыгать в длину с места; упражнять и закреплять навыки катания мяча друг другу, бегать в колоне по одному; развивать равновесие.	Ходьба змейкой (между предметами); П/игра «Мыши и кот»	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.40	Мячи, кубики, платочки.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнение - игра «Медвежата»; П/игра «Мы топаем ногами»; Зрительная гимнастика «Юла».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 62- 63	Скамейка гимнастическая, мячи.
3	Учить ходить по наклонной доске; упражнять в метании в	Метание мяча в горизонтальную цель двумя	«Физическое воспитание детей 2-	Доска, мячи, шнуры.

	горизонтальную цель; закреплять умения и навыки строиться в колонну по одному, ползать на четвереньках между предметами.	руками снизу; П/игра «Лохматый пес»(с бегом).	7лет», с.40 - 41	
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ползание «Проползи - не задень»; П/игра «Огуречик, огуречик»; КГ - «Рыбка» (на животе).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 63 - 64	Кегли, кубики, гимнастическая скамейка, обручи.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в прыжках в длину, ловле мяча, перестроении в колонну по два, лазание по лестнице - стремянке; развивать чувства равновесия.	Прыжки в длину с места через две линии; П/игра «Птички в гнездышках».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 41	Мяч, лестница - стремянка, шнуры.
Спортивный досуг «Волшебный подснежник»	Совершенствовать у детей двигательные навыки в играх, воспитывать ловкость, выдержку, внимание. Развивать у детей чувство ритма и умение согласовывать движение с музыкой, навыки выразительности и пластичности.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: «Я люблю свою лошадку», «Воронята». Д/и «Найди нос, рот, уши» (знание о назначении органов человека), «Витаминная семейка» (о значимости фруктов и овощей).				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Пальчиковая гимнастика	Дидактическое	Физминутка «Замри!»	Беседа «Температурный	Консультация«Использован

«Семья»	упражнение «Гуси»		режим и закаливание детей»	ие естественных препятствий для развития движений и ловкости детей»

Май

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Прыжки «Через шнуры»; П/игра «Мыши в кладовой»; КГ - «Кошка» (стоя на четвереньках).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 65 – 66	Гимнастическая скамейка, шнуры, кольца.
3	Учить ходить выполняя задания; упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании и ловле мяча; закреплять умения пролезать в обруч; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске.	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его; П/игра «Трамвай».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.41 - 42	Доска, мячи, обруч
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Прыжки «Парашютисты»; П/игра «Воробышки»; Дыхательное упражнение «Доктор» и кот».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 66 – 67	Кубики, мячи, скамейка набивные мячи, гимнастическая.
3	Упражнять в прыжках с высоты, размыкании и смыкании, закреплять умение и навыки бегать в колонне по одному, перелезать через бревно, ходить в разных направлениях, развивать глазомер.	Перелезание через бревно; П/игра «Бегите к флажку».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.42	Мячи,гимнастическая скамейка, бревно.
Третья неделя 1 -2	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его;	Упражнение - игра «Лови мяч»; П/игра «Огуречик,	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 67- 68	Скамейка гимнастическая, мячи, флажки.

	ползание по гимнастической скамейке.	огуречик»; Пальчиковая гимнастика с бусами.		
3	Упражнять в ходьбе по прямой дорожке, прыжках в длину с места; закреплять умение и навыки строиться в колонну по одному, бегать на носочках, ползать на четвереньках вокруг предметов; развивать ловкость.	Катание мяча в ворота; П/игра «Поезд».	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с.42- 43	Кегли, мячи, шнуры.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	Лазание на наклонную лесенку; П/игра «Коршун и наседка»; Зрительная гимнастика «Будь здоров».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 68	Наклонная лесенка, шнур.
3	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в умении и навыках перестраиваться в колонну по два, метать мяч в вертикальную цель.	Прыжки вверх с места с доставанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка.	«Физическое воспитание детей 2-7лет», с. 43	Ребристая доска, дуга, мячи, погремушка
Спортивный досуг «На солнечной полянке»	Цель: воспитывать в детях любовь к спорту, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: «Вороны», «Солнечные зайчики», «Мотыльки» (выполнять движения). Д/и «Одежда по сезону», «Что сегодня на обед?» (Подбирать полезные продукты для приготовления обеда). Беседа «Если хочешь быть здоров» (важность заботы о своем здоровье). Бросание мяча через реку Уфу.				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Физминутка «Раз, два, три, четыре, пять»	Дидактическое упражнение «Шарик»	Ходьба боком приставным шагом	Привлечь родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий на	Консультация «Организация физического досуга в кругу семьи в летний период»

Тематическое планирование

Средняя группа

Сентябрь

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная сред
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Прыжки - подпрыгивания на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево; П/игра «Найди себе пару», «У медведя во бору»;Ходьба с мешочком на голове.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.20-21 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.13	Шнуры, платочки цветов, бубен.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость, глазомер при прокатывании мяча	Прыжки на двух предметами; П/игра «Автомобили» ногах между.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.22	Кубики, флажок, мячи.
Вторая неделя 1 -2	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Прыжки на двух ногах на месте; П/игра «Самолѐты»; КГ с гимнастической палкой: Руки с палкой за спиной, присесть.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.22-24	Шнур, мячи, флажки.

3	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	Игровое упражнение «Прокати обруч»; П/игра «Найди себе пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.24-25	Шнуры, обручи, кубики
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Прокатывание мяча друг другу двумя руками; П/игра «Огуречик, огуречик»; Дыхательное упражнение «Часики».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.25-27 Л.И.	Мячи, шнуры.
3	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам, площадки; повторить. подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках.	Игровое упражнение «Мяч через сетку»; П/игра «Воробышки и кот».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.27-28	Сетка (шнур), мячи, кубики.
Четвертая неделя 1 – 2	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Ходьба на носках по доске, лежащей на полу; П/игра «У медведя во бору»; Зрительная гимнастика «Осень».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.28 - 29	Обручи, шнуры, доска.
3	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	Прыжки на двух ногах «Вдоль дорожки»; П/игра «Огуречик, огуречик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.30	Мячи.
Спортивный досуг «Пожарные на учении»	Цель: дать детям представление о культуре здоровья и путях ее развития через активный отдых на природе. Развивать крупную и мелкую мускулатуру, физические		конспект	

	качества, ловкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, воспитывать бережное отношение к природе.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П/и: р.н. «Гуси-лебеди», «Стадо», «Пчелки и ласточка», чувашская «Рыбки». Игр, упражнение «Собери букет из листьев». Игра в круге с мячом: «Подбери слово», «Фрукты и овощи». Заучивание считалки:«Мы весной сажали сад, А Семен лежал у гряд. Вот мы яблоки едим, А Семену не дадим. Нам лентяев здесь не надо! Выходи, Семен, из сада!». Д/и «Разложи картинки», «Найди такой же», «Найди пару». Работа с шаблонами «Обведи и раскрась». Пальчиковая игра: «Сколько птиц к кормушке», «В поле дерево стоит», «Шел гриб Боровик». Дыхательная гимнастика: Дуть на лежащие на столе палочки, карандаши разной формы и длины, старясь сдвинуть их с места. Беседа «Деревья - целители» Поход на Сосновую гору.				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Восточная гимнастика «Кувшинчик»	Самомассаж пальчиков «Овощи»	КГ на стуле - поочередно поднимать носки и пятки	Консультация «Органы зрения»	Консультация «Собираемся в поход» Поход в осенний лес

Октябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые	Игровое упражнение «Ловишки»; П/игра «Кот и мыши»; Ходьба по массажным коврикам.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.31 -33	Короткие шнуры, гимнастическая скамейка, кубики.

	ноги в прыжках с продвижение вперед.			
3	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	Упражнение «Мяч через шнур»; П/игра «Найди свой цвет».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 33 -34	Короткие шнуры, гимнастическая скамейка, кубики.
Вторая неделя 1 -2	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Прыжки из обруча в обруч; П/игра «Автомобили»; Зрительная гимнастика «Васька»; П/игра «Стадо»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 34 - 35 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.33	Мячи, обручи.
3	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу	Упражнение «Брось - поймай»; П/игра «Ловишки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 35	Кегли, мячи.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазании под дугу.	Игровое упражнение «Быстрый мяч»; П/игра «У медведя во бору»; КГ - с полкой — палка на лопатках, наклоны туловища вперед.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 36	Дуги.
3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед	Катание обруча «Прокати - не урони»; П/игра «Цветные автомобили»; П/и «Стадо».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 37 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.13	Кубики, обручи, шнуры.

Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Ползание «Крокодильчики»; «П/игра «Кот и мыши»; Пальчиковая гимнастика«Паучок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 37-38	Дуги.
3	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	Прыжки на двух ногах «Кто скорее по дорожке»; П/игра «Лошадки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 39	Мячи, шнуры, скакалки.
Спортивный досуг «Экскурсия в осеннийлес»	Цель: дать детям представление о культуре здоровья и путях ее развития через активный отдых на природе. Развивать крупную и мелкую мускулатуру, физические качества, ловкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, воспитывать бережное отношение к природе.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижная р. н. игра «Зайцы и волк». Игровая ситуация «Птичий двор». Игра в круге с мячом: «Дуйте, дуйте, ветры в поле», «Что растет на деревце». Игры с ходьбой и бегом по тропинке (нашего леса). Прыжки через речку Уфу, ручеек. Зрительная гимнастика «Дорожки». Дыхательная гимнастика: Дуть на пластмассовые и бумажные игрушки, плавающие в тазике с водой. Д/и «Что перепутал художник», «Какой мяч». Чтение стихов о здоровье, спорте. Беседа на тему «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «Где живут витамины».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Гимнастика для глаз «Бутончик»	Физминутка «Листочки»	Пальчиковая гимнастика «Ехал ежик в гости»	Консультация «Пальчиковая гимнастика. Чем она может помочь?»	Консультация «Значение мелкой мускулатуры для подготовки детей к обучению»

Ноябрь

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная сред
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками; П/игра «Салки»; КГ - упражнение на спине «Велосипед».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду»с.40-41 Л.И. Пензулаева	Кубики, гимнастическая скамейка.
3	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	Игровое упражнение «Не попадись»; П/игра «Кролики»; П/игра «Пчелки и ласточка».	«Физические занятия в д/саду» с.41 -42 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.28	Веревка, мяч.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Прыжки на двух ногах через 5 -6 линий; П/игра «Самолеты»; Дыхательная гимнастика «Трубач».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 42 - 43	Мячи, кегли, шнуры Обручи, мячи.
3	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом	Игровое упражнение «Догони мяч»; П/игра «Найди себе пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.44	Мячи.

	направлении.			
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о пол и ловля его двумя руками; повторить ползанье на четвереньках.	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; П/игра «Лиса и куры»; Зрительная гимнастика «Фрукты».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.44-45	Мячи.
3	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	Игровое упражнение «Передай мяч»; П/игра «Ловишки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 46	Кубики, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу, ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	Ползание «Паучки»; «П/игра «Цветные автомобили»; Пальчиковая гимнастика «Что вышло?».	Л.И. Пензулаева«Физические занятия в д/саду» с. 46 - 47	Гимнастическая скамейка.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность.	Игровое упражнение «Пингвины»; П/игра «Самолеты».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.48	Мешочки, кубики.
Спортивны й досуг «Цирковое представление»	Цель: Совершенствовать у детей двигательные навыки с играх, воспитывать ловкость, выдержку, внимание		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Татарская н. и. «Липкие пеньки», «Займи место». Башкирская «Медный пень», р. н. и. «Заря-зарница». Игра в круге с мячом: «Вот эта улица, вот этот дом», «Передай мяч» (птицы Урала). Д/и «Обведи и раскрась», «Который по счету?», «Что изменилось?», «Угадай по описанию» «Сложи картинку» (разрезные), «Дорисуй недостающие спортивные предметы». Пальчиковая игра: На дворе мороз и ветер, Этот пальчик …, Бабушка очки надела. Л/и «Какие предметы спрятались в картинке?», «Что лишнее?».				

Составление коллекции пословиц о здоровье, спорте. Заучивание пословиц и поговорок о здоровье. Дыхательная гимнастика: Поддерживать в воздухе пушинку или маленький кусочек ваты на длительном выдохе. Беседа «Телевизор, компьютер и здоровье».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Восточная гимнастика «Шарфик»	Дыхательное упражнение «Часики»	Игра-упражнение с цветными лентами «Веселый поезд»	Консультация «Органы зрения»	Пригласить родителей к просмотру гимнастики для глаз

Декабрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия.	Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук; П/игра «Лиса и куры»; КГ лежа на спине, руки вдоль туловища «Полумостик»; П/и «Мяч по кругу».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с.49 - 50 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.80	Кубики, платочки, шнур, бруски
3	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.	Игровое упражнение «Веселые снежинки»; П/игра «Бегите к флажку».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 50	
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча	Прыжки со скамейки (высота 20 см); П/игра «Найди свой домик»; Игры с массажным мячом	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 51	Скамейка, мячи, резиновая дорожка, кубики

	между предметами.	«Пружинка».		
3	Учить брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	поочередное поднимание ног и полуприседания; П/игра «Веселые снежинки».	ЛЛ.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 52	Лыжи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Перебрасывание мячей друг другу; П/игра «Зайцы и волк»; Зрительная гимнастика «Снег - снежок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 53 - 54	Гимнастическая скамейка, мячи, обручи.
3	Закрепить навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска	Игровое упражнение «Кто дальше?»; П/игра «Снежная карусель» (с бегом).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 55	Лыжи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой; П/игра «Птички и кошка»; Дыхательная гимнастика «Петух».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 55 -56	Гимнастическая скамейка, кубики, доска.
3	Закрепить навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	Игровое упражнение «Петушки ходят»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 57-58	Лыжи
Спортивный досуг «Живые загадки»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; развивать выразительность, сообразительность.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
П. р.н. игра «Заря-зарница», «Снежная баба». Татарская н.и. «Горшки». Логическая задача «Найди одинаковых спортсменов» Лабиринт «Соедини точки» (спортивные предметы). Беседа «Вода в жизни человека».				

Пальчиковая игра: Наши пальцы сжались тесно. Д/и: «Что лишнее», «Кто быстрее?», «Кому, что нужно» (спортсмены). Самомассаж «Снеговик». Создание альбома детских рисунков на тему «Зимние спортивные забавы».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Пальчиковая гимнастика «Цветочки-листочки»	Массаж бедра «Дождик»	КГ - ходьба с перекатом с пятки на носок	Консультация «Влияние двигательного режима на здоровье детей»	Консультация «Влияние различных факторов на формирование осанки детей»

Январь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Равновесие «Пройди - не упади» (ходьба по канату); П/игра «Кролики»; Самомассаж «Снеговик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 58-59 Л.И. Пензулаева«Физические занятия в д/саду» с. 60	Кегли, канат, обручи.
3	Продолжать учить детей ходить на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	Игровые упражнения «Снежинки - пушинки», «Кто дальше»; П/и «Продаем горшки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.13	Лыжи.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Прыжки «Зайки - прыгуны» (с гимнастической скамейки); П/игра «Найди себе пару»; КГ лежа на спине	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60	Мячи, гимнастическая скамейка, резиновые дорожки, веревки.

		«Петрушка».		
3	Закреплять навыки скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	Прыжки «Зайки - прыгуны» (с гимнастической скамейки); П/игра «Найди себе пару»; КГ лежа на спине «Петрушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 61	Лыжи.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Отбивание мяча об пол; П/игра «Лошадки»; Пальчиковая гимнастика «Ежик колкий».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 62 - 63	Косички, мячи, скамейка.
3	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	Игровые упражнения «Кто дальше бросит?», «Перепрыгни - не задень»; П/и «Продаем горшки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 63 – 64 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.73	Санки.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола; П/игра «Автомобили»; Дыхательная гимнастика «Паровоз».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» С. 64 - 65	Обручи, мешочки гимнастическая скамейка, шнур.
3	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	Игровые упражнения «Кто дальше бросит?» «Перепрыгни - не задень»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 63 - 64	Санки.
Спортивный праздник «Зимние забавы»	Цель; совершенствовать навыки метания в горизонтальную цель, развивать ловкость и функцию равновесия, воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям.		конспект	

Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Татарская народная игра «Лисичка и курочки», р.н.и. «Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Автомобили». Подвижная игра народов Коми «Стой, Олень!». Игровая ситуация: Сказка о микробах. «Идем в спортивный магазин». Игра с мячом: «Расскажем о животном». «Кто как кричит?», «Кто что ест?». Пальчиковая гимнастика: Вот кудрявая овечка, «Белка». Беседа «Чья шуба теплее?» (Зимняя одежда для предохранения простудных заболеваний). Заштрихуй по образцу (спортивные предметы). Загадки о культурном и правильном поведении. Зрительная гимнастика: «Разноцветные дорожки».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Что сначала, что потом?»	Физминутка «Цветок»	Игра в круге «Как на горке снег, снег...»	Консультация «Правильная группировка при скольжении детей по ледяным дорожкам»	Ознакомить родителей с упражнениями, направленными на формирование правильной осанки.

Февраль

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Прыжки через бруски; П/игра «Котята и щенята»; Дыхательная гимнастика «Шарик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 66 - 67	Кегли, бруски, гимнастическая скамейка.
3	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	Игровые упражнения «Змейкой», «Брось до кегли».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 68	Санки, кегли.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде	Прыжки «Из обруча в обруч»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в	Мячи, обручи, скамейка, кегли.

	воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	П/игра «У медведя во бору»; Зрительная гимнастика «Самолет».	д/саду» с. 68 - 69	
3	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	Игровые упражнения «Метелица», «Покружись».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 69 - 70	Санки.
Третья неделя 1 -2	У детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Упражнение «Бросили» П/игра «Воробышки и кот» КГ - «Лодочка» (на животе)	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 70-71	Шнур, мячи
3	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	Игровые упражнения «Кто дальше бросит снежок» «Найдем Снегурочку!»; П/и «Юрта».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 71 А.В. Кенеман «Детскиеподвижные игры народов СССР», с.38	Санки, кукла – Снегурочка.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	Равновесие - ходьба, перешагивание через набивные мячи; П/игра «Перелет птиц»; Ходьба с пятки на носок.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 71 -72	Палки, набивные мячи, гимнастическая скамейка.
3	Развивать ловкость, глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	Игровые упражнения «Точно в цель», «Туннель»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 73	Санки.
Спортивный досуг «Наши ребята - бравые солдаты»	Цель: приобщить детей общечеловеческим ценностям - гуманизму, патриотизму, коллективизму и дружбе. Способствовать повышению работоспособности, стойкости и			

	выносливости детей. Создать условия для естественного удовлетворения потребностей детей в движении, игре. Воспитывать положительные эмоции, свободное и непринужденное общение взрослых и детей.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Марийская народ игра «День и ночь», р.н.и. «У медведя во бору», «Палочка-выручалочка». Татарская «Займи место». Игровая ситуация «Зайка заболел, он на улице сосульку ел» - формировать правила поведения на прогулке, бережного отношения к своему здоровью. Игра в круге «Мяч кидай - животных называй» (Наших лесов), «Как на горке снег, снег.». Пальчиковая гимнастика: 1,2,3,4 (старинная посуда Урала) Д/и «У меня есть глазки», «Что для чего» (части тела), «Хорошо – плохо». Зрит.гим. «Самолѐт». Дыхательная гимнастика «Ветерок и ветер». Рисование на снегу «Обруч», «Мяч».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Дыхательное упражнение «Трубач»	Физминутка «Канатоходцы»	Физминутка «Зайка серенький сидит»	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей	Консультация «Самоконтроль и самооценка при выполнении Физических упражнений»

Март

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге по	Прыжки через шнур	Л.И. Пензулаева	Кубики, шнуры, кегли.

	кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу инструктора.	справа и слева, продвигаясь вперед; П/игра «Перелет птиц»; Пальчиковая гимнастика «Лягушки»; Игровые упражнения «Быстрые и ловкие», «Ловишки».	«Физические занятия в д/саду» с. 73 - 74 Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 74 - 75	
3	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	Игровые упражнения «Змейкой», «Брось до кегли».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 75	Санки, кегли.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную.	Прыжки в длину с места; П/игра «Бездомный заяц»; КГ - катаниемяча по полу стопой.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 75 - 76	Мячи, обручи, шнуры.
3	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	Игровое упражнение «Прокати - не задень»; П/игра «Лошадка»; П/и «Лисичка и курочки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 77 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с.78	Шнур, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по команде инструктора.	Прокатывание мяча между предметами; П/игра «Самолеты»; Дыхательная гимнастика «Бычок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 78-79	Скамейка, мячи, кубики.
3	Упражнять детей в беге на	Игровое упражнение «На	Л.И. Пензулаева	Шнуры, мячи, кубики.

	выносливость; в ходьбе между предметами; прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	одной ножке вдоль дорожки»; П/игра «Самолеты»; Зрительная гимнастика «На лугу».	«Физические занятия в д/саду» с. 77 – 78	
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по - медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	Ползание «Медвежата»; П/игра «Охотник и зайцы».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 79	Флажки, доска, шнуры, гимнастическая скамейка.
3	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторять упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Игровые упражнения «Перепрыгни ручеек», «Бег по дорожке».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 80	Шнуры, мячи.
Спортивный досуг «Встречаем Весну»	Цель: создать атмосферу радости иэмоционального благополучия; развивать эмоциональность, выразительность, сообразительность; умение ориентироваться в пространстве		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижные игры: р.н.и. «Хитрая лиса», «Гуси-лебеди». Башкирская «Медный пень». Д/И «Полезное и вредное» (овощи, фрукты Урала), «Чего не хватает», «Найди такой же». Самомассаж «Погладим». Игровое упр-е «Перепрыгни через ручеѐк, речку Уфу». Игровая ситуация «Помоги Незнайке в беде». Игры с мячом: «Скажи ласково», «С мамой в магазин ходили». Зрит.гим-ка «На лугу», «Найди предмет! Дыхательная гимнастика: подуем на снежинку.				

Коллективная работа «Полезное и вредное» Лабиринты «Помоги зайчику»

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Отгадай, что я делаю»	Дыхательное упражнение «Улей»	Игровое упражнение «кто простоит дольше на носочках, руки вверх»	Консультация «Развитие мелкой мускулатуры рук при помощи мяча»	Буклет «Мой веселый звонкий мяч»

Апрель

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Прыжки «Через канавку»; П/игра «Пробеги тихо»; Дыхательная гимнастика «Трубач».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 81 - 82 Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 74 - 75	Бруски, две доски, мешочки.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с нахождением своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	Игровое упражнение «Сбей кеглю»: П/игра «Рыбки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 83 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 90	Обручи, кегли.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Метание мешочков в горизонтальную цель; П/игра «Совушка»; Пальчиковая гимнастика с мячом – ежиком.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 83 - 84	Мячи, обручи, шнуры.

3	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	Лазанье под дугу «Не задень»; П/игра «Воробушки и автомобиль».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 85	Шнур, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость, глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Метание мешочков на дальность; П/игра «Совушка»; Зрительная гимнастика «Юла».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 85-86	Скамейка, мячи, мешочки.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивать ловкость и глазомер.	Игровое упражнение «Успей, поймай»; П/игра «Догони пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 86 – 87	Шнуры, мячи, доска.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Прыжки надвух ногах из обруча в обруч; П/игра «Птички и кошка»; КГ-«Рыбка» (на животе).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 87	Косички, две доски, обручи, кубики.
3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	Игровое упражнение «Накинь кольцо»; П/игра «Догони пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 88	Мяч, лестница - стремянка, шнуры.
Спортивный праздник «Здоровье»	Цель: формировать у детей правильную осанку в процессе выполнения игровых двигательных заданий; упражнять детей в умении выполнять дыхательную гимнастику, игровой самомассаж, психогимнастику.		конспект	

Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Татарская н.и. «Лисичка и курочки», «Ловишки парами», Игра-забава «Считайте ногами». Пальчиковая игра: «В поле дерево стоит». Игры с мячом: «Подбрось – поймай, и слово называй» (Животные Урала). Поговорки, пословицы, загадки о спортивных предметах, о здоровье, «Доскажи словечко» (загадки в стихах, договаривать название спортивных предметов). Рассматривание иллюстраций книг, картин о спорте. Рисование: мяч, скакалка. Рассматривание альбома «Спорт в нашем городе».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Физминутка «Повтори за мной»	Малоподвижная игра «Кролики и великаны»	Физминутка «Мишка с куклой громко топают»	Рекомендовать ежедневный бег детей в умеренном темпе в конце прогулки - 1 мин. 40 сек.	Консультация «Мотивы побуждающие к самостоятельной двигательной активности»

Май

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе парами, всохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	Прыжки в длину с места; П/игра«Котята и щенята»; КГ - «Кошка» (стоя на четвереньках).	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 89 - 90	Доска, шнуры, косички.
3	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом	Игровое упражнение «Достань до мяча»; П/игра «Совушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 90	Мяч, кегли.

Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Прыжки в длину через шнур; П/игра «Котята и щенята»; Пальчиковая гимнастика с бусами.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 90 - 91	Кубики, шнур, мячи.
3	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками.	Игровое упражнение «Попади в корзину»; П/игра «Удочка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 91 - 92	Мешочки, мячи, веревка.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с высокимподниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Ползание по гимнастической скамейке на животе; П/игра«Зайцы и волк»; Дыхательное упражнение «Доктор».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 92-93	Палки, скамейки гимнастические, мячи, шнуры.
3	Упражнять в ходьбе и беге парами; закрепить прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.	Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками; П/игра «Пробеги тихо».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 93	Шнуры, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе повышенной опоре в прыжках.	Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед; П/игра «Повыбору детей» (Игры Народов Урала); Гимнастика для глаз «Будь здоров».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 93 - 94	Мячи, мешочки, шнур.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с	Прыжки по дорожке на двух ногах; на правой и левой ноге попеременно; П/игра «Угадай, кто	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 94 - 95	Веревки, мячи.

	мячом, прыжками и бегом.	позвал».		
Спортивный досуг «Времена года»	Цель: воспитывать в детях любовь к спорту, закрепить знания о зимних, летних видах спорта, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве, воспитывать товарищество и спортивный характер.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижнаяигра *«Птицелов*». Чувашская народная игра «Хищник в море», Чувашская народнаяигра«Рыбки». НИ «Сам себе я помогу», «Кто больше увидит и назовѐт», «Добавьслово» Игры с мячом: «Мяч передавай - слово называй». «Назови ласково», «Земля – воздух – вода». ДИ «Береги зрение». Обведи и раскрась» (работа по трафаретам). Зрительная гимнастика «Найди птицу». Дыхательная гимнастика «Насос» Пальчиковая гимнастика: Если встретишь муравейник, У нашего у Гришеньки (деревья Урала), «Я веселый майский жук», «Ветерок чуть дышит, лепестки колышет». Беседа «Чистый воздух-хорошее здоровье».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Физминутка«Весна»	Дыхательное упражнение«Насос»	Подвижная игра «Лошадки»	Беседа «Значение воздушно - солнечных ванн в процессе закаливания детей»	Ширма «Играйте вместе с детьми»

Сентябрь

Старшая группа Тематическое планирование

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная**	**Программно -**	**Предметно -**

		деятельность	методический комплект	пространственная сред
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Прыжки - подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед; П/игра «Мышеловка»; Самомассаж пальчиков «Овощи».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 14 - 15	Гимнастическая скамейка, мячи, флажок.
3	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Игровые упражнения «Пингвины», «Не промахнись»; П/игра «Ловишки» с ленточками.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 15 - 16	Кубики, мешочки с песком, обруч, шнуры, ленточки.
Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.	Прыжки на двух ногах - упражнение достань до предмета»; П/игра «Фигуры».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 18 - 20	Мячи, шарики.
3	Повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом.	Коррекция плоскостопия – упражнение «Сборщик»; Игровое упражнение «Передай мяч»; П/игра «Мы веселые ребята».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 19 - 20	Кегли, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с	Ходьба по канату боком приставным шагом; П/игра «Удочка»; Гимнастика для глаз «Наши грядки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 20-22	Канат, скамейки гимнастические, мячи.

	опорой на колени и ладони; в подбрасывании вверх мяча. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.			
3	Повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Игровое упражнение «Не попадись», «Мяч о стенку»; П/игра«Быстро возьми».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 22 - 23	Шнуры, мячи, кубики.
Четвертая неделя 1 – 2	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	«Пингвины» - прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; П/игра «Мы веселые ребята»; КГ - руки с гимнастической палкой за спиной, присесть; П/и «Гуси-лебеди».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 23 –24 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 12	Палка, обруч, мешочки, бруски.
3	Совершенствовать умение перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	Прыжки «Вдоль дорожки»; П/игра «Найди себе пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 30	Шнуры, мячи.
Спортивный досуг «Юные пожарные»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; воспитывать в детях любовь к спорту, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Чувашская народная игра «Штаидерт». Татарская «Угадай и догони».				

Фото – выставка «Поход на Сосновую гору». Проект «Если хочешь быть здоров». Пальчиковая игра: «Снежная баба», «Мой домик»,«Шалун». Коллаж «Любимые места спорта нашего города». Игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем». Д/и «От какого предмета тень?», «Витаминная семейка». Слов. игра «Подбери пару». Н/игра «Спорт и здоровье». Беседа «Спортивные традиции в семье». Поход на гору Сосновую.

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Восточная гимнастика «Кувшинчик»	Самомассаж пальцев «Овощи»	КГ на стуле - поочередно поднимать носки и пятки	Консультация по теме «Температурный комфорт»	Консультация «Собираемся в поход» Поход в осенний лес

Октябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Учить детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Прыжки на двух ногах через короткий шнур; П/игра «Перелет птиц»; Самомассаж «Фрукты».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 27 - 28	Гимнастическая скамейка, мячи, короткие шнуры.
3	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в	Упражнение отбиваем мяч; П/игра «Не попадись».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 28 - 29	Мячи.

	прыжках.			
Вторая неделя 1 -2	Разучить повороты по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Прыжки из обруча в обруч; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия «Художник».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 29 - 31	Мячи, палки, скамейки гимнастические.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с мячом; повторить игровые упражнения с бегом.	П/игра «Не попадись»; Упражнение «Мяч – водящему».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 31	Кегли, мячи.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Игровое упражнение; «Быстрый мяч» - метание мяча в горизонтальную цель; П/игра «Удочка»; КГ - с полкой - палка на лопатках, наклоны туловища вперед.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 32-33	Дуга, мячи, набивные мячи, 3 корзины, 3 обруча.
3	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	С мячом - «Пас под дугу»; Эстафета «Будь ловким».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 34	Дуга, мячи, кегли, бруски.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Пролезание с обруч боком не касаясь руками пола; П/игра «Заря-зарница»; Гимнастика для глаз «Ослик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 34 – 36	Обручи, мешочки.
3	Развивать выносливость в беге	Игра-упражнение	Л.И. Пензулаева	Мячи.

	продолжительностью до 1,5 мин.; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	«Проведи мяч»; «П/игра «Ловишки - перебежки».	«Физические занятия в д/саду» с. 37 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 12	
Спортивный досуг «Лесные приключения»	Цель: дать детям представление о культуре здоровья и путях ее развития через активный отдых на природе. Развивать крупную и мелкую мускулатуру, физические качества, ловкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, воспитывать бережное отношение к природе.		конспект	

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Татарская народная игра «Ловишки», башкирская «Стрелок».
Чувашская народная игра «Кто вперед возьмет флажок».
Русская народная игра «Филин и пташки».
ДИ «Найди и промолчи», «Исправь ошибку», «Найди отличия», «Добавь то, что потерялось».
Создание мини экспоната«Футбол в нашем городе».
Беседа «Вода в жизни и здоровье человека», «Одежда зимой».
«Подвижных игры на воздухе» (о их значении для здоровья, вспомнить игры Урала).
Оздоровительные минутки с дыхательной гимнастикой Игровые ситуации «Я – спортсмен», «Мы на спортивной площадке». Чтение стихов о спорте, учим наизусть.
Рисуем «Я и спорт», «Летние виды спорта».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Гимнастика для глаз «Бутончик»	Физминутка«Листочки»	Пальчиковая гимнастика «Ехал ежик в гости»	Поговорить с детьми о правильной позе при сидении за столом.	Обсудить уровень физического развития ребенка, его подвижность.

			Привлечь детей к оценке своей позы во время рисования.	

Ноябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнение в равновесии, развивать координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Прыжки на правой, левой ноге продвигаясь вперед; П/игра «Пожарные на учении»; Массаж лица «Нос умойся».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 38 - 40	Гимнастическая скамейка, мячи, кубики, колокольчик.
3	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Массаж лица «Нос умойся»; Игровое упражнение «Не задень»; П/игра «Мышеловка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 40	Мячи, кегли.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения бег между предметами повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании погимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия «Гусеница».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 41 - 42	Мячи, скамейки гимнастические.
3	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивать координацию движений; развивая ловкость в	Игровое упражнение «Мяч водящему»; П/игра «Медный пень».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 43 А.В. Кенеман «Детские	Шнуры, мячи.

	игровом задании с мячом, упражнять в беге.		подвижные игры народов СССР», с. 39	
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Ведение мяча – баскетбольный вариант; П/игра «Удочка»; Гимнастика для глаз «Кукушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 43 - 44	Мячи, шнуры.
3	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Игровое упражнение «Перебрось и поймай»; П/игра «Ловишки - парами».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 44 - 45	Мячи, кубики.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочкам на голове; «П/игра «Пожарные на учении»; КГ лежа на спине «Велосипед?».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 45 – 46	Мячи, гимнастическая скамейка.
3	Повторить бег с преодолением препятствий повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	Игровое упражнение «Мяч о стенку»; П/игра «Удочка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 46	Мячи, кубики.
Спортивный досуг «Красный, желтый, зеленый»	Цель: совершенствовать у детей двигательные навыки с играх, воспитывать ловкость, выдержку, внимание.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Русская народная игра «Гуси-лебеди», «Два мороза». Татарская «Хлопушки». Башкирская «Палка-кидалка»; Д/и «Отгадай загадки» (электронная), «Когда это бывает?», «Найдите, что опишу». «Кто находится справа, кто – слева». «Отгадываем				

загадки». Пальчиковая игра Лодочка». Беседа «Параолимпийцы», «Отдыхаем всей семьей». Слушание гимна параолимпийцев. Выставка детских работ «Спорт, о спорт» (в городе). Проект «Виды спорта» (город). Игра с мячом «Не поется птицам без небес». Катание на лыжах, санках. Игры в хоккей.

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Восточная гимнастика «Шарфик»	Дыхательное упражнение «Часики»	Игра-упражнение с лентами «Веселый поезд»	Ширма «Пальчиковые игры»	Консультация «Мелкая моторика рук и для овладения письмом и ее значимость в уровне развития».

Декабрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; перебрасывание мяча.	Прыжки на двух ногах через бруски, помогая себе взмахом рук; П/игра «Займи место»; Антистрессовый массаж.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 47 - 48	Гимнастическая скамейка, мячи, кубики, доска.
3	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	Игровое упражнение «Кто дальше бросит»; П/игра «Мороз Красный нос».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 49 - 50 А.В. Кенеман «Детские	Мячи, бруски.

			подвижные игры народов СССР», с. 39	
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и перебросе мяча.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия - упражнение «Каток».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 50 - 51	Флажки, мячи, кегли.
3	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	Игровые упражнения «Метко в цель», «Кто быстрее до снеговика»; П/игра «Мороз Красный нос».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 51 - 52	Шнуры, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах; П/игра «Охотники и зайцы»; Зрительная гимнастика «Медвежонок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 52- 53	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки.
3	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Игровое упражнение «Метко в цель; П/игра «Смелые воробышки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 53 - 54	Лыжи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; П/игра «Хитрая лиса»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 54 – 56	Мячи, гимнастическая скамейка кубики.

		КГ лежа на спине упражнение «Петрушка».		
3	Закрепить навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	Игровое упражнение «По дорожке»; П./игра «Мы веселые ребята».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 56 - 57	Лыжи.
Спортивный досуг «Времена года»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия, развивать выразительность, сообразительность.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Удмуртская народная игра «Игра с платочком», р.н. «Мяч по кругу», «Заяц без дома». Татарская «Займи место». Корякская сказка «Хитрая лиса». Беседы: «Как уберечь себя от обморожения», «Твое здоровье» (представления детей о факторах окружающей среды города, влияющих на здоровье человека - шум, загрязнения окружающей среды, интенсивные транспортные потоки и т.д.). Д/и «Угадай вид спорта», «Полезные и вредные продукты», «Правила гигиены» НИ «Хорошо-плохо». Рассматривание иллюстраций «О спорт». Психогимнастика «Медвежата в берлоге». Игра с пчелкой (на напряжение и расслабление мышц ног). Катание на лыжах, санках. Игры в хоккей.				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Пальчиковая гимнастика «Цветочки листочки»	Массаж бедра«Дождик»	КГ - ходьба с перекатом с пятки на носок	Консультация «Учим ходить детей на лыжах»	Консультация «Как правильно выбрать лыжи».

Январь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо продолжать.	Равновесие «Пройди – не упади» (ходьба и бег по наклонной доске); П/игра «Медведи и пчелы»; Коррекция плоскостопия «Разбойник».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 58 - 59	Кубики, наклонная доска.
3	Учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	Игровое упражнение «Сбей кеглю»; П/игра «Ловишки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 76	Лыжи, кегли.
Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Прыжки «Зайки - прыгуны» (в длину с места); П/игра «Совушка» Массаж ног «Молотки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60 - 61	Мячи, дуги, веревки.
3	Укреплять навыки скользящего шага, повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Игровое упражнение «Кто быстрее», «Найдем зайца».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 62	Кегли, лыжи снежки.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег между предметами, Упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Перебрасывание мяча другу (двумя руками от груди); П/игра «Не оставайся на полу»; Гимнастика для глаз «Три медведя».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 62- 63	Обручи, мячи, набивные мячи.

3	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые движения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	Игровые упражнения «Пробеги не задень»; П/ игра «Мороз Красный нос».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 64	Лыжи, снежки.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; упражнение в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем ноги вместе. П/игра «Хитрая лиса»; КГ лежа на спине «Ножницы».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 64 – 65	Мячи, гимнастическая скамейка, обручи.
3	Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Игровое упражнение «По местам».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 65 - 66	Лыжи.
Спортивный праздник«Зимушка спортивная»	Цель; совершенствовать навыки метания в горизонтальную цель, развивать ловкость и функцию равновесия, воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижные игры: татарская «Перехватчики». Удмуртская народная игра «Догонялки». Марийская «День и ночь». Отгадывание загадок на тему «Здоровье». Зимняя эстафета «Сильные, ловкие, смелые» (среди групп д/с). Беседа «Герои – земляки» (спортсмены), «Здоровье на тарелке» ДИ «Найди и назови», «Что нужно для этого спортсмена?», «Что лишнее?», «Кому что?», «Собери и расскажи» Презентация «Коньки». Раскраски «Спорт». Катание на лыжах, санках. Игры в хоккей.				

Фото – выставка «Не боимся стужи, со здоровьем дружим».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Китайский веер»	Гимнастика для глаз «Медвежонок»	Приседание на носки 6-10 раз	Консультация «Коррекция плоскостопия»	Газета «За здоровьем босиком»

Февраль

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Прыжки через бруски; П/игра «Охотники и зайцы»; Массаж ладоней «Пирожки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 67 - 68	Бруски, гимнастические палки, гимнастические скамейки.
3	Упражнять детей в ходьбе на лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.	Игровые упражнения «Точный пас», «По дорожке»; П /игра «Мороз Красный нос».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 68 - 69	Санки, кегли
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании	Прыжки в длину с места; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия «Кораблик»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 69 - 70	Мячи, дуги.

	мяча о землю.			
3	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Игровое упражнение «Кто дальше?»; П/и «Липкие пеньки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 70 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 13	Лыжи, снежки.
Третья неделя 1 -2	У детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	Метание мешочков в вертикальную цель правойи левой рукой (от плеча); П/игра «Мышеловка»; Гимнастика для глаз «Душистые цветы»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 70- 71	Гимнастическая скамейка шнуры, гимнастические палки.
3	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель на дальность.	Игровые упражнения «Точно в круг», «Кто дальше».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 72	Обруч, снежки.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; П/игра «Гуси - лебеди»; КГ лежа на животе «Лодочка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 72 – 73	Мячи, гимнастическая скамейка.
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий.	Игровые упражнения «Гонки санок», «Не попадись»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 74	Санки.
Спортивный досуг«Юные защитники Отечества»	Цель: приобщить детей общечеловеческим ценностям гуманизму, патриотизму, коллективизму и дружбе. Создать условия для естественного		конспект	

	удовлетворения потребностей детей в движении, игре. Воспитывать положительные эмоции, свободное и непринужденное общение взрослых и детей.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижные игры: р.н. «Коршун и наседка», «Совушки», «Скворечники». Татарская игра «Продаем горшки», «Стрелок». Игры с мячом: «Насекомые Урала», «Земля, вода, воздух». Пальчиковая игра: Пион для мамы, «Вьюшки – вьюшки», «Прогулка по городу» Массаж ладоней «Пирожки». НИ «В гости за здоровьем». Пазлы «Спорт». Дыхательная гимнастика «Шар». Зрительная гимнастика «Душистые цветы». ДИ «Собери картинку» (разрезные), Лабиринт «Кто быстрее добежит», «Выложи по образцу» (спортивные принадлежности), «Спорт 2» (презентация), «Чего не стало», «Чего не хватает». Оформление фотогазеты «Наши папы – спортсмены». Эстафета на лыжах «Самые ловкие». Катание на санках. Игры в хоккей.				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Дыхательное упражнение «Трубач»	Пальчиковая игра «Маленькие ножки бежали по дорожке»	Массаж рук «Строим дом»	Подготовка к празднику «Юные защитники отечества»	Консультация «Предупрежден детского травматизма»

Март

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую	Перебрасывание мяча друг другу и ловля его	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в	Кубики, шнур.

	сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивать ловкость и глазомер.	после отскока от пола посредине между шеренгами; П/игра «Пожарные на учении»; Интеллектуальный массаж.	д/саду» с. 75 - 76	
3	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Игровые упражнения «Пас точно на клюшку», «Проведи - не задень»; П/и «Догонялки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 77 - 78 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 83	Клюшка, шайба.
Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Прыжку в высоту с разбега; П/игра «Медведи и пчелы»; Коррекция плоскостопия упражнение «Серп».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 78 - 79	Кубики, мат, мешочки, шнур.
3	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Игровое упражнение «Ловкие ребята»; П/игра «Карусель».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 79 - 80	Шнуры, мячи.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Прокатывание мяча между предметами; П/игра «Стоп»; Гимнастика для глаз «Бутончик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 80- 81	Скамейка, мячи, шнур, мешочки с песком.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках с мячом.	Игровое упражнение «Канатоходец»; Эстафета с мячом «Быстро передай».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 82	Мешочки с песком, кубики, кегли, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в	Игровые упражнения «Медвежата»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в	Обручи, шнур, мешочки.

	движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	П/игра «Охотник и зайцы»; КГ лежа на полу - упражнение на животе «Рыбка».	д/саду» с. 82 – 83	
3	Упражнять детей в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	Игровые упражнения «Прокати - сбей»; П /игра «Удочка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 84	Кегли, мячи.
Спортивный досуг «Путешествие в страну здоровячков и хлюпиков»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; развивать эмоциональность, выразительность, сообразительность; умение ориентироваться в пространстве.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижные игры: русская народная «Стадо», «Пчелки и ласточка». Татарская игра «Займи место», «Хлопушки». Удмуртская «Надень шапку». Игра-забава «Успей подхватить». Пальчиковая игра**:**«Дружат в нашей группе девочки и мальчики», «Цветки», Беседа «Где растут спортсмены?», «Как одеваться в весеннее время?», Слов.игры «Закончи предложение», «Что лишнее?», «Подбери обобщающее слово». Д/ и «Угадай по описанию». Викторина «Полезно – вредно Заучивание стихотворений о спорте. Зрительная гимнастика «Душистые цветы».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Игра «Птичка и птенчики»	Массаж рук и лица «Умывальная песенка»	Гимнастика для глаз «Жаворонок»	Консультация «Двигательный режим для дошкольников и его	Предложить родителям понаблюдать, как бегает и прыгает ребенок, сколько

			значение в укреплении здоровья»	времени на это тратит. Отметить, любит ли ребенок интенсивные движения.

Апрель

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Прыжки «Через канавку»; П/игра «Медведь и пчелы»; Массаж рук «Строим дом».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 85 - 86	Бруски, гимнастическая скамейка, гимнастические палки, мячи.
3	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки - перебежки», эстафету с большим мячом.	Игровое упражнение «Ловишки - перебежки», «Передача мяча в колонне».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 86	Большой мяч.
Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренге; П/игра «Стой»; Пальчиковая гимнастика с мячом – ежиком.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 87 - 88	Короткие скакалки, обручи.
3	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Лазанье под дугу «Пройди – не задень»; Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 88	Флажки, мячи большого диаметра.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя;	Метание мешочков в вертикальную цель; П/игра «Удочка»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 88 - 90	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки с песком.

	повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Гимнастика для глаз «Весна».		
3	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Игровое упражнение «Кто быстрее?»; П/игра «Палка-кидалка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 90 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 40	Обручи, мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Прыжки, на двух ногах черезкороткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; П/игра «Горелки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 90 – 92	Гимнастическая скамейка, короткая скакалка, канат.
3	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Ходьба по массажной дорожке «Здоровье»; Игровое упражнение «Сбей кеглю»; П/игра «с кочку на кочку».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 92 - 93	Кегли, обручи.
Спортивный досуг «День здоровья»	Цель: формировать у детей правильную осанку в процессе выполнения игровых двигательных заданий; упражнять детей в умении выполнять дыхательную гимнастику, игровой самомассаж, психогимнастику.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Русская народная игра «Пчелы». Татарская народная игра «Земля, вода, огонь, воздух», «Ласточка».				

Башкирская народная подвижная игра «Ласточки и ястребы». Игра-забава «Считайте ногами» (дорожки д/с). Д/и «Кому, что нужно» (подобрать к спортивным предметам спортсмена), «Что лишнее?», «Игры народов Урала» (электронная), «Что нарисовал художник», «Собери картину»,НИ «Лото спорт». Рассматривание портретов знаменитых спортсменов «Они прославили Россию» Поговорки и пословицы о спорте, здоровье. Дыхательная гимнастика «Пузырь». Элементы массажа. Пальчиковая гимнастика: Покажите пальцем (зайца, мышку, козу …).

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Физминутка «Веселые прыжки»	Дыхательная гимнастика «Дровосек»	Гимнастика для глаз «Весна»	Подготовка спортивной площадки летнему оздоровительному периоду.	Консультация «Значимость утренней гимнастики и системное выполнение ее детьми в выходные дни»

Май

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная сред**
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Броски мяча о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками; П/игра «Мышеловка»; Массаж бедра «Дождик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 93 - 94	Гимнастическая скамейка,мячи.
3	Упражнять детей в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость, глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	Игровое упражнение «Пас друг другу»; П/игра «Гуси - лебеди».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 95	Мяч, дуга, ракетка, волан.

Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Прыжки в длину с разбега; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия «Барабанщик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 95 - 96	Флажки, мячи.
3	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	Игровое упражнение «Забрось в кольцо»; П/игра «Совушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 96 - 97	Обручи, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Броски мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками; П/игра «Пожарные на учении»; Гимнастика для глаз «Жаворонок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 97 - 98	Обручи, мячи, гимнастическая скамейка.
3	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	Игровое упражнение «Ловкие ребята»; П/игра «Мышеловка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 98 - 99	Мячи, шнуры, обручи, бруски.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навыки ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Ползание по гимнастической скамейке на животе; П/игра «Караси и щука»; Оздоровительный бег вокруг детского сада.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 99 – 100	Гимнастическая скамейка, обручи, набивные мячи.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровые упражнения с мячом.	Игровое упражнение «Мяч водящему»; П / игра «Не оставайся на земле».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 100 - 101	Мячи.
Спортивный досуг «Веселые старты»	Цель: воспитывать в детях любовь к спорту, закрепить		конспект	

	знания о летних видах спорта. Развивать ловкость. Быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать товарищество и спокойный характер.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Подвижная игра «Почта» (русская народная игра). Чувашская «Хищник в море», «Рыбки». Подвижная игра «Мяч передавай - слово называй» (птицы Урала). Зрительная гимнастика «Бутончики», «Лабиринты», «Стрекоза». Дидактическая игра «Наоборот», «Спорт», «Летние виды спорта», «Узнай и назови», «Виды спорта», «Кому что нужно» (спортивные предметы). Беседа «Физкультура и здоровье». Пальчиковая игра «Паучок», «Муравьи», «Салют», «Божьи коровки». Дыхательная гимнастика «Взмахи». Рисуем «спортивные предметы». Эстафета на воздухе «Мы - будущие защитники города».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Физминутка «Волна»	Игра с цветными лентами «Теплый – холодный»	Русская народная игра «Заря - зарница»	Консультация «Использование воздушных и солнечных ванн для укрепления здоровья»	Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону

Сентябрь

Подготовительная группа Тематическое планирование

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная среда**

Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	Прыжки на двух ногах через шнуры; П/игра «Ловишки»; Самомассаж пальчиков«Овощи»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 8 - 9	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки.
3	Упражнять детей в равномерном беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Игровое упражнение «Пингвины»; П /игра «Догони свою пару».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 10	Мяч, мешочки.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета; повторить упражнения с мячом и лазание под шнур, не задевая его.	Прыжки на двух ногах-упражнение «Достань до предмета»; П/игра «Не оставайся на полу»; Коррекция плоскостопия –упражнение «Сборщик».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 10 - 11	Флажки, мячи, шнур.
3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	Игровое упражнение «Быстро встань в колонну» П/игра «Совушка»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 13	Обручи, кегли.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов(ориентир - кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом,	Ходьба по канату боком приставным шагом; П/игра «Удочка»; Зрительная гимнастика «Наша грядка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 14 - 15	Веревка с завязанным на конце мешочком с песком.

	координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.			
3	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	Игровое упражнение «Быстро передай», «Пройди – не задень»; П/игра «Птицелов».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 15 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 28	Мячи большогодиаметра, шнур, кубики.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами; П/игра «Не попадись»; КГ - руки с гимнастической палкой за спиной, присесть.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 15 – 16	Гимнастическая скамейка, шнур, обручи, палки.
3	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	Игровые упражнения «Прыжки по кругу»»; П/игра «Круговая лапта».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 17	Мячи.
Спортивный досуг «Мы сильные, мы дружные»	Цель; создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; воспитывать в детях любовь к спорту, умение развивать ловкость, быстроту, ориентироваться в пространстве.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Рус.нар.игра «Классы», Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень». Чувашская нар.игра. «Луна и солнце».				

Татарская игра «Мяч по кругу». Спортивная игра «Городки», П\ игра «Удочка». Катание на велосипедах и самокатах д/ игра «Угадай вид спорта». Беседа «Мы дружим с физкультурой» (обратить внимание детей на стадион, спортивный комплекс города). Пальчиковые игры: «Дом», «Ягодки», «Семья». Игровая ситуация «Бабушкин самовар» (обратить внимание детей на стадион, спортивный комплекс города). Выставка рисунков «Витамины на тарелке». Поход на Сосновую гору.

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	**Учитель - логопед**	**Музыкальный руководитель**	**Воспитатели**	**Родители**
Дыхательная гимнастика «Большой и маленький»	Физминутка «Гриша шел»	П / игра «Веселый поезд» (с цветными лентами)	Подготовка к турпоходу «Осеннее гуляние»	Ознакомить родителей с уровнем физического развития и физической подготовленности детей. Обратить внимание на состояние осанки и стопы.

Октябрь

Занятия	**Программное содержание**	**Самостоятельная деятельность**	**Программно - методический комплект**	**Предметно - пространственная среда**
Первая неделя 1 -2	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Прыжки на двух ногах черезкороткие шнуры; П/игра «Перелет птиц»; Самомассаж «Фрукты».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 19 - 20	Гимнастическая скамейка, мячи, шнуры.
3	Упражнения в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом;	Упражнение «Перебрось - поймай», «Не попадись»; П/игра «Фигуры».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 21	Мяч, мешочки, шнуры, бруски.

	повторить задание в прыжках.			
Вторая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед; П/игра «Не оставайся наполу».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 21 - 22	Кубики, обручи, мат, мячи.
3	Повторить бег в среднем темпе (продолжительностью до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	Упражнение «Перепрыгни - не задень»; П/игра «Совушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 23	Обручи, мешочки с песком, веревка.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча, ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Игровое упражнение «Быстрый мяч» - метание мяча в горизонтальную цель; П/игра «Удочка»; КГ - с полкой - палка на лопатках, наклоны туловища вперед.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 23	Дуга, мячи, набивные мячи, 3 корзины, 3 обруча.
3	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	Игровое упражнение «Успей выбежать»; П / игра «Не попадись».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 25 - 26	Мячи, кегли.
Четвертая неделя 1 – 2	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием;	Пролезание на четвереньках в прямом направлении, продвигая мяч головой; «П/игра «Удочка»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 26 – 27 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры	Гимнастическая скамейка, дуги, мячи, кегли.

	повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Зрительная гимнастика «Ослик»; П/игра «Луна и солнце».	народов СССР», с. 90	
3	Повторить ходьбу с остановкой но сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	Игровое упражнение «Лягушки»; П/игра «Хищник в море».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 27 – 28 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 89	Ленточки, мячи.
Спортивный досуг «Осенние гуляния»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; воспитывать в детях любовь к природе, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Татарская игра «Игра с платочком», «Горшки». Чувашская игра «Кто вперед возьмет флажок». Русскаая п\ игр «Платочек выручалочка». Соревнование: «Собирай урожай». Пальчиковая гимнастика: «Листочки», «Мышка», «Дождь». Спортивные упражнения: «Кто быстрее добежит до дерева? (Клена, дуба, рябины…)», «Кто на севере (юге) живет?» (Урал). Беседа: «Одежды в соответствии с погодными условиями Среднего Урала». Зрительная гимнастика «Листопад». Дых гимнастика «Листья шуршат под ногами».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Физминутка «Бабочка»	Гимнастика для глаз «Пчела»	Осваивать приставной шаг с приседанием	Подготовка к турпоходу «Осенние гуляния»	Турпоход в лес «Осенние гуляния»

Ноябрь

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Эстафета «Мяч водящему»; П/игра «Догони свою пару»; Массаж лица «Нос умойся»; Игровое упражнение «Мяч о стенку».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 28 - 31	Мячи, канат.
3	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Игровое упражнение «Мяч о стенку»; П/игра «Мышеловка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 31	Кегли, мяч.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед; П/игра «Фигуры»; Коррекция плоскостопия «Гусеница».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 31 - 33	Гимнастическая скамейка, мячи, скакалка.
3	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбе с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом	Игровое упражнение «Не задень»; П/игра «Охота на лося».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 33 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 13	Кубики, мячи.
Третья неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение	Ведение мяча - баскетбольный вариант; П/игра «Перелет птиц»;	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 33 – 35	Мячи, кубики, дуги, шнур.

	мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.	Зрительная гимнастика «Кукушка».		
3	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	Игровоеупражнение «Переброс и поймай»; П/игра «По местам».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 35 - 36	Мячи, кегли.
Четвертая неделя 1 – 2	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше; «П/игра «Фигуры»; КГ лежа на спине «Велосипед».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 36 – 37	Гимнастическая скамейка, шнур, мячи.
3	Повторить бег и ходьбу с изменением направления; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.	Игровое упражнение «Передай мяч»; П/игра «Хитрая лиса».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 38	Мячи, обручи.
Спортивный досуг «Уральская ярмарка» (подвижные игры народов Урала)	Цель: совершенствовать у детей двигательные навыки с играх, воспитывать ловкость, выдержку, внимание.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Русская игра «Фанты», «Краски». Башкирская игра «Юрта».				

Татарские – «Жмурки», «Займи место». Чувашская игра «Тума-дуй». Пальчиковая игра: Пальцы – дружная семья, Что принес нам почтальон? Д/упр «Сам себе я помогу». Д/игра «Витаминная семейка», Н/игра «Сорт и здоровье». Зрительная гимнастика «Наш дом». Дых гимнастика «Вся семья» (на силу дыхания). Коррекция плоскостопия «Гусеница». Беседа «Спортивные традиции в семье».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Пальчиковая гимнастика «Бежит лиса по мостику»	Физминутка «Вышел клоун»	Игра – упражнение с цветными лентами «Теплый – холодный»	Предложить воспитателю проанализировать уровень самостоятельности детей в двигательной деятельности.	Консультация «Значение уровня развития мелкой моторики рук для овладения письмом»

Декабрь

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную: в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в	Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их; П/игра «Хитрая лиса»; Антистрессовый массаж.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 39 - 40	Кубики, обручи, мячи, доска.

	упражнениях с мячом.			
3	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя: упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	Игровое упражнение «Пас на ходу»; П/игра «Совушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 40 - 41	Гимнастическая скамейка, бруски.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно: повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Ползание по скамейке на ладонях и коленях; П/игра «Салки с ленточкой»; Коррекция плоскостопия упражнение «Каток».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 41 - 42	Мячи, палки, ленточки.
3	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	Игровое упражнение «Пройди – не урони»; П/и «Игра с платочком».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 42 - 43 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 84	Кубики, мешочки, обручи.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость, глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Перебрасывание мяча и левой рукой вверх и ловля его двумя руками; П/игра «Попрыгунчики – воробышки»; Зрительная гимнастика «Медвежонок».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 44 – 45	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки с песком.
3	Упражнять детей в ходьбе и	Игровое упражнение	Л.И. Пензулаева	Мячи, набивной мяч,

	беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя: повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	«Пас на ходу»; П/игра «Лягушки и цапля».	«Физические занятия в д/саду» с. 45 - 46	кегли.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу и бег по кругл с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по - медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове, руки на пояс; П/игра «Хитрая лиса»; КГ лежа на спине упражнение «Петрушка»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 46 – 47	Гимнастическая скамейка, мешочки.
3	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Игровое упражнение «Кто дальше бросит?», «По дорожке проскользи»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 47 – 48	Клюшки, шайба, снежки.
Спортивный досуг «К нам приехал Цирк»	Цель: создать атмосферу радости и эмоционального благополучия; развивать выразительность, сообразительность.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Башкирская игра «Взятие крепости». Русская народная игра «Два Мороза», «Птицелов» Татарские «Мяч по кругу», «Кто дальше бросит?» Спортивные игры: «Катание на лыжах», «Катание на санках» Беседы: «Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала». «Зимние виды спорта», «Подвижные игры на воздухе» (о их значении для здоровья). Д/упражнение с мячом «Продукты питания Среднего Урала». Рассматривание альбома: фотографии, символы, изображения знаменитых спортсменов, команд города. Пальчиковая гимнастика: «Мой домик», Я дохнула на стекло, Раз – рука, два – рука, Лепим мы снеговика.				

Катание на лыжах, с горок.

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Физминутка «Белки»	Дыхательная гимнастика «Гуси»	Отрабатывать боковой галоп.	Консультация «Учим ходить детей на лыжах»	Консультация «Как правильно выбрать лыжи»

Январь

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.	Игровые упражнения «Кто быстрее?»; П/и «Ловишки», «День - ночь».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 48 - 50	Гимнастическая скамейка, бруски, мячи, мешочки, набивные мячи.
3	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке.	Игровые упражнения «Проскользи - не упади»; П/ и «Два Мороза»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 50 - 51	Гимнастическая скамейка, бруски. Снежки, санки
Вторая неделя 1 -2	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Игровое упражнение «Кто дальше бросит?»; П/и «Совушка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 51 - 52	Кубики, мячи.
3	Провести игровое	Игровое упражнение	Л.И. Пензулаева	Снежки.

	упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	«Веселые воробышки»; П/игра «Перехватчики».	«Физические занятия в д/саду» с. 53 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 77	
Третья неделя 1 -2	Упражнения в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнур); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под шнур.	Игровое упражнение «Хоккеисты»; п/и «Удочка»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 53 – 55	Гимнастическая скамейка, мячи, шнуры.
3	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	Игровое упражнение «Катание на санках»; п/и «Два Мороза».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 55	Снежки, шайбы, клюшки, санки.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	П/ и «Паук и мухи», игра малой подвижности по выбору детей.	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 56 – 57	Гимнастическая скамейка, скакалка, мешочки.
3	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	Игровые упражнения «По ледяной дорожке», «По местам!», «Поезд».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 57	Санки.
Спортивный досуг «Зимние забавы»	Совершенствовать у детей двигательные навыки в играх,		конспект	

	соревнованиях, эстафетах. Воспитывать ловкость, выдержку, внимание. Создать атмосферу радости эмоционального благополучия.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Татарская игра «Займи место». Русская н.и. «Снежная баба», «Ледяная гора». Чувашская народная игра «Луна и солнце». Создание коллективного коллажа «Зимние виды спорта». Д/и с мячом: «Можно, нельзя» (Формирование безопасного поведения при встрече с незнакомыми животными на улице), «Животные и птицы Урала», «Воздух, земля, вода» (Урал). Пальчиковая игра: «Разотру ладошки», «Лодочка», «Сидит белка на тележке», «Детеныши». Дых гимнастика «Ежик». Зрительная гимнастика «Мишка», «Сел медведь на бревнышко». Беседа «Я здоровье сберегу - сам себе я помогу».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Психогимнастика «Два рыболова»	Дыхательная гимнастика «Веселый язычок»	Пальчиковая гимнастика «Деревья»	Корригирующие упражнения с использованием массажных дорожек и ковриков.	Буклет «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»

Февраль

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного	Игровые упражнения «Быстро по местам»; П/и «Ключи», «День - ночь».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 58 - 59	Гимнастическая скамейка, мячи, шнуры.

	задания; закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость, глазомер.			
3	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой; игровое задание с прыжками.	Игровые упражнения «Точная подача», «Попрыгунчики»; П/и «Раю-раю».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 59 - 60 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 64	Санки.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в перебросе мяча; повторить лазание в обруч (или под дугу).	П/и «Не оставайся на земле».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 60 - 61	Дуги (шнур), мячи, палка.
3	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Игровые упражнения «Гонки санок» «Пас на клюшку»; Игра «Затейники».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 61 - 62	Санки, клюшки, шайба.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением	П/и «Не попадись».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 62 – 63	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки. гимнастическая стенка.

	дополнительного задания.			
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Игровые упражнения «Загони шайбу», «Гонка санок»; П/и «Карусель».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 63 - 64	Санки, шайбы, клюшки.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Эстафета с мячом «Передал - садись»; П/игра «Жмурки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 64 – 65	Гимнастическая скамейка, мячи, мешочки.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	Игровые упражнения«Не попадись», «Найди свой цвет»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 65	Снежки, кубики.
Спортивный праздник «Смотр строя и песни»»	Обобщать имеющиеся у детей знания и представления о защитниках родины, воспитывать желание быть на них похожими, вызвать положительный эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом; привлечь к участию в празднике и жизни.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Удмуртская\игра «Игра с платочком». Русская народная игра «Птицелов». Татарская народная игра «Перехватчики». «Катание на лыжах, на санках». Веселые старты к Дню защитника Отечества.				

Пальчиковая игра: Пара ножниц есть у нас, «Прогулка». Эстафета на лыжах «Мы – первые!». Игра «Штурм крепости». Зрительная гимнастика «кот Васька», «Следи за предметом». Массаж ладоней «Пирожки». Массаж бедра «Дождик». Беседа «Военные и спорт. Оформление выставки рисунков «Спорт в нашем городе».

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Психогимнастика «Художник»	Пальчиковая гимнастика «Кто быстрее»	Игра в круге «Делай наоборот»	Консультация «Веселая йога дошкольников»	Буклет «Что делать, если у ребенка плоскостопие»

Март

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задания в прыжках, эстафету с мячом.	П/и «Ключи», «Ключи»; Эстафета с мячом «передача мяча в шеренге».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 70 - 72	Гимнастическая скамейка, мячи.
3	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	Игровые упражнения «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку», «Совушки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 72 - 73	Мяч, шнуры.
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную4 повторить задания в прыжках,	П/и «Затейники»; Игра «Тихо-громко», «МЫ – веселые ребята».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 73 - 74	Флажки, скакалки, шнур, мячи.

	ползании; задания с мячом.			
3	Упражнять в беге и прыжка; развивать ловкость в заданиях с мячом.	Игра «Охотники и утки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 74 - 75	Мячи, ленточка.
Третья неделя 1 -2	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков горизонтальную цель; повторять упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	П/и «Волк во рву»; Игровое упражнение «Кто быстрее».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 75 – 76	Гимнастическая скамейка, мешочки, палки.
3	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с пряжками, с мячом.	Игровые упражнения «Пас ногой», «Ловкие зайчата»; П/и «Горелки», «Жмурки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 77 - 78 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 12	Мячи. Предметы.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	П/и «Совушка»; Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 78 – 79	Гимнастическая стенка,набивные мячи, кегли.
3	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Игровые упражнения «Передача мяча в колонне»; П/игра «Удочка», «Горелки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 79 - 90	Скакалки, мячи.
Спортивный досуг «Праздник весны»	Создать атмосферу радости и эмоционального благополучия. Воспитывать положительные эмоции. Свободное и непринужденное общении		конспект	

	взрослых и детей.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Башкирская нар, игра «Юрта», «Липкие пеньки». Русская нар, игра «Заря-зарница». Чувашская «Кто вперед возьмет флажок». Татарская игра «Ловишки». Пальчиковая игра: «Вьюшки – вьюшки», «Как мы маме помогали», «Здравствуй, солнце золотое». Эстафета для девочек«Тоже сильными мы станем, от мальчишек не отстанем» «Тоже сильными мы станем, от мальчишек не отстанем». Игра в круге (с мячом) «Угадай, что делали?». Дых гимнастика «Подуй на одуванчик». Зрительная гимнастика «КотВаська», «Бублик». Дых гимнастика «Яблоко». Коррекция плоскостопия «Серп». Беседа «Здоровье на тарелке», «Как правильно употреблять пищу, чтобы не навредить своему здоровью».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Игра «Клубочек»	Игра «Назови ласково»	Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик»	Буклет «От игры к творчеству»	«Школа здоровья - игры с мячом» консультация

Апрель

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	П/и «Хитрая лиса»; Игровые упражнения «Быстро в шеренгу», «Перешагни - не задень».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 80 - 81	Гимнастическая скамейка, мячи, шнур.
3	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	П/и «Охотники и утки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 81 - 82	Обручи, шнуры.
Вторая неделя 1 -2	Повторить упражнения в	П/и «Мышеловка»;	Л.И. Пензулаева	Обручи, мячи, кубики,

	ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	Эстафета «Передал - садись»	«Физические занятия в д/саду» с. 82 - 83	шнуры.
3	Повторить задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Игровые упражнения «пас ногой» «Пингвины»; П/игра «Горелки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 83 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 61	Мячи, мешочки.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Игровое упражнение «Кто дальше бросит»; П/игра «Затейники».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 83 – 85	Мешочки, мячи, кубики.
3	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Игровые упражнения «Пройди - не задень», «Кто дальше прыгнет»; П/и «Тихо - громко».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 85 - 86	Мячи.
Четвертая неделя 1 – 2	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в равновесии, в прыжках и с мячом.	Игровое упражнение «Догони пару»; П/и «Салки с ленточкой».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 86 – 87	Мячи, мешочки.
3	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Игровые упражнения «Передача мяча в колонне», п/и «Лягушки в болоте», «Горелки»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 87	Мячи.
Спортивный досуг «День здоровья»	Формировать у детей правильную осанку. Упражнять в равновесии, в прыжках и с мячом. Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом		конспект	

	психогимнастику.			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Удмуртская игра «Догонялки парами». Русская народная игра «Ручеек», «Горелки». Башкирская «Палка-кидалка». Подвижные игры народов Урала «Молчанка «, «Палочка – выручалочка». Пальчиковая игра: «Ну-ка пальцы, встаньте в ряд!», «Вверх ракету запускаем», «Репка», «Шла кукушка». Решение проблемных ситуаций: «Могут ли «дружить» продукты?» Заучивание пословиц и поговорок, о здоровье, здоровом образе жизни, загадки о фруктах, овощах. Дых гимнастика «Ветерок», «Прокати шарик между предметами». Зрительная гимнастика «Душистые цветы», «На лугу», «Найди бабочку». Массаж рук «Петушиная семья».				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Игра «Ветер дует на...»	Игра «Путаница»	Игра в круге «С добрым утром»	«Физкультурное оборудование в группе» мастер класс	Буклет «Игры и упражнения с нестандартным оборудованием»

Май

Занятия	Программное содержание	Самостоятельная деятельность	Программно - методический комплект	Предметно - пространственная среда
Первая неделя 1 -2	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	П/и «Совушка»; Игра малой подвижности «Великаны и гномы».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 87 - 88	Гимнастическая скамейка, мячи, обручи.
3	Упражнять в продолжительном беге,	Игровые упражнения «Пас на ходу», «Брось -	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в	Гимнастическая скамейка, мячи, скакалка.

	развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	поймай»; П/и по выбору детей; П/и «Катание мяча».	д/саду» с. 81 - 82 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», с. 61	
Вторая неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Игра малой подвижности «Летает – не летает»; П/игра «Горелки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 89 - 90	Обручи, мячи, мешочки.
3	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Игровые упражнения «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч»; Игра «Мышеловка».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 91	Мячи, обручи, скакалки.
Третья неделя 1 -2	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге в рассыпную; в метании мешочков на дальность, прыжках, в равновесии.	П/и «Воробьи и кошка»; Игровые упражнения «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 91 – 92	Гимнастическая скамейка, кубики, мешочки.
3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	П/и «Горелки».	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 92 - 93	Мячи, кегли.
Четвертая неделя 1 – 2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по	Игра малой подвижности «Летает – не летает»; П/и «Охотники и утки»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 94 – 95	Гимнастическая скамейка, кегли, кубики.

	повышенной опоре, в прыжках.			
3	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	Игровое упражнение «Кто быстрее»; П/и «Не оставайся на земле»	Л.И. Пензулаева «Физические занятия в д/саду» с. 95	Кубик, мячи, скакалки.
Спортивный досуг «В гостях у веселого мяча»	Расширение словаря по теме «Спорт». Закрепление навыков координации речи с движениями. Умения подбрасывать и ловить мяч. Формировать навыки сотрудничества, взаимопонимания.		конспект	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений				
Татарская игра «Займи место», «Лиса и курочки». Удмуртская «Догонялки». Игровое упражнение «Кто быстрее оденется». Соревнование «Весенний забег». Катание на велосипедах, самокатах. Зрительная гимнастика «Пчелка», «Часики». Пальчиковая игра «Божьи коровки», «Наши алые цветки», «Лето». Игра с мячом «Съедобное-не съедобное». Беседы «Ядовитые растения Красноуфимска», «Не все грибы съедобны», «Как уберечь себя от теплового удара». Загадки о насекомых, о временах года, явлениях природы.				

Взаимодействие со специалистами и родителями

Психолог	Учитель - логопед	Музыкальный руководитель	Воспитатели	Родители
Игра «Прорви круг»	Игра «Скажи наоборот»	Пальчиковая гимнастика «Что вышло»	Консультация «Подвижные игры, как средство формирования самооценки»	Конкурс семейных газет «Мы со спортом дружим»

Расписание непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию

Дни недели				
ПОНЕДЕЛЬНИК	**ВТОРНИК**	**СРЕДА**	**ЧЕТВЕРГ**	**ПЯТНИЦА**
9.00 – 9.20 **«Ягодки»** *(средняя гр.)*	**9.00 – 9.15** **«Капельки»** *(2 младшая гр.)*	**9.00 – 9.15** **«Капельки»** *(2 младшая гр.)*	**9.00 – 9.20** **«Ягодки»** *(средняя гр.)*	**9.00 – 9.15** **«Капельки»** *(2 младшая гр.)*
9.35 – 10.00 **«Смешарики»** *(старшая гр.)*	**9.30 – 9.50** **«Звездочки»** *(средняя гр.)*	**9.30 – 9.50** **«Ягодки»** *(средняя гр.)*	**9.30 – 9.50** **«Звездочки»** *(средняя гр.)*	**9.30 – 9.50** **«Звездочки»** *(средняя гр.)*
10.20 – 10.50 **«Почемучки»** *(подготовительная к школе гр.)*	**10.00 – 10.20** **«Ромашки»** *(ТНР 1 подгруппа средняя. гр.)*	**10.10 – 10.35** **«Смешарики»** *(старшая гр.)*	**10.20 – 10.50** **«Почемучки»** *подготовительная к школе гр.)*	**10.00 – 10.20** **«Ромашки»** *(ТНР 1 подгруппа средняя гр.)*
11.00 – 11.25 **«Ромашка»** *(старшая гр.)*	**10.30 – 11.00** **«Ромашки»** *(ТНР 2 подгруппа (подготовительная к школе гр.)*	**10.45 – 11.05** **«Ромашки»** *(ТНР 1 подгруппа средняя гр.)*	**11.10 – 11.35** **«Смешарики»** *(старшая гр.) на свежем воздухе*	**10.30– 11.00** **«Ромашки»** *(ТНР 2 подгруппа (подготовительная к школе гр.)*
		11.15 – 11.45 **«Ромашки»** *(ТНР 2 подгруппа (подготовительная к школе гр.) на свежем воздухе*		**11.20 – 11.50** **«Почемучки»** *(подготовительная к школе гр.) на свежем воздухе*

График проведения утренней гимнастики

НАЗВАНИЕ ГРУППЫ	ВОЗРАСТ	ДЕНЬ ПРОВЕДЕНИЯ	ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ
«Капельки»	3-4 лет	ежедневно	8.00 – 8.05
«Ягодки»	4-5 лет	ежедневно	8.05 – 8.10
«Звездочки»	4-5 лет	ежедневно	8.10 – 8.15
«Смешарики»	5-6 лет	ежедневно	8.15 – 8.20
«Почемучки»	6-7 лет	ежедневно	8.20 – 8.25
«Ромашки»	6-7 лет	ежедневно	8.25 – 8.30

Материально-методическое обеспечение образовательной области «Физическая культура»

Наименование	**Автор; год издания.**
Методическая литература	
«Занимательная физкультура для детей 4-7 лет»	В.В.Гаврилова; 2009
«Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет»	Н.М. Соломенникова; 2013
«Перспективное планирование по программе «От рождения до школы» вторая младшая группа	Н.Е. Веракса; 2009
«Перспективное планирование по программе «От рождения до школы» средняя группа	Н.Е. Веракса; 2009
«Перспективное планирование по программе «От рождения до школы» старшая группа	Н.Е. Веракса; 2009
«Перспективное планирование по программе «От рождения до школы» подготовительная к школе группа	Н.Е. Веракса; 2009
«Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ»	О.Н. Моргунова; 2013
Физическая культура в детском саду в соответствии с ФГОС ДО» младшая группа	Л.И. Пензулаева; 2014
Физическая культура в детском саду в соответствии с ФГОС ДО» средняя группа	Л.И. Пензулаева; 2014

Физическая культура в детском саду в соответствии с ФГОС ДО» старшая группа	Л.И. Пензулаева; 2014
Физическая культура в детском саду в соответствии с ФГОС ДО» подготовительная к школе группа	Л.И. Пензулаева; 2014
«100 комплексов ОРУ для младших дошкольников»	Н.Ч. Железняк; 2009
«100 комплексов ОРУ для старших дошкольников»	Н.Ч. Железняк; 2009
«Физическая культура в детском саду»	О.Б. Казина; 2011
«Утренняя гимнастика в детском саду» упражнения для детей 3-5 лет	Т.Е. Харченко; 2011
«Утренняя гимнастика в детском саду» упражнения для детей 5-7 лет	Т.Е. Харченко; 2011
«Спортивные праздники и развлечения» старший возраст	В.Я. Лысова; 2000
«Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет»	Э.Я. Степаненкова; 2013
«Физическое воспитание в детском саду»	Э.Я. Степаненкова; 2013
«Методика проведения подвижных игр»	Э.Я. Степаненкова; 2013
«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников»	Т.Г. Анисимова; 2011
«Физическое развитие»	Г.Ю. Байкова; 2014
«Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников»	Л.А. Соколова; 2013
«Необычные физкультурные занятия для дошкольников»	Е.И. Подольская; 2011
«Детские олимпийские игры»	Л.А.Соколова; 2015
Программа «Остров здоровья»	Е.Ю. Александрова; 2007